

# すこやか PARTNER つうしん

すこやかパートナー向け情報誌

vol.42

(令和 8 年 3 月発行)



すこやか大阪21  
(いっぽくん)

発行・編集：大阪市健康局健康推進部健康づくり課

大阪市民の健康づくりを応援する「すこやかパートナー」の活動を紹介する「すこやか PARTNER つうしん」(第42号)を作成しました！すこやかパートナーの活動や、健康づくりに関する情報を掲載していますので、皆さんの健康づくりにお役立てください。

3月18日は  
春の睡眠の日です



元気に過ごすためには、  
「良い睡眠」習慣が大切です。  
大事なのは、  
睡眠の量(時間)と質(休養感)です。

成人の推奨睡眠時間

6時間以上

(参考)  
小学生：9～12時間  
中学生：8～10時間  
60歳以上：寝床にいる時間  
8時間以内

睡眠の質を上げる  
ポイントはこちらへ



大阪市HP



健康づくりのための  
睡眠ガイド2023



すこやか PARTNER つうしんに関する、お問い合わせ、要望、ご意見等については、  
大阪市健康局健康推進部健康づくり課まで TEL 06-6208-9961 FAX 06-6202-6967  
Email [sukoyaka21@city.osaka.lg.jp](mailto:sukoyaka21@city.osaka.lg.jp)  
すこやかパートナー HP (<http://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000026640.html>)

目次

- ・ 3月18日は春の睡眠の日です…………… P 1
- ・ すこやかパートナー意見交換会を開催しました！…………… P 2
- ・ 適度な運動…………… P 2
- ・ 皆さんの健康づくりにすこやか手帳（健康手帳）をご活用ください…………… P 2
- ・ すこやかパートナー活動の紹介…………… P 3～6
- ・ すこやかパートナー団体の紹介…………… P 7
- ・ すこやかパートナー「中外製薬株式会社」と連携した活動紹介…………… P 8
- ・ 『がん検診受診状況』のアンケートを実施します！…………… P 8

# すこやかパートナー意見交換会を開催しました！

令和7年8月4日に第30回すこやかパートナー意見交換会を開催しました。当日は22団体のすこやかパートナーおよび11部署の本市(局・区役所)担当者にご参加いただきました。

本市の関係部署2部署およびパートナー2団体からの協働事業の提案があった後、参加者全員で、自由に意見交換や情報交換を行いました。アンケートでは「他企業や区役所の方のご意見や考えを直接伺うことができた」「様々なつながりを得ることができた」と回答があり、パートナーおよび本市相互の積極的な連携・協力につながり、良いきっかけとなりました。

これからも一緒に健康づくり活動をすすめていきましょう！



## 適度な運動

## 今より10分プラス！体を動かす時間を増やそう

運動には、死亡やがんのリスクを減らす効果も。大切なのは、「今より少し多く動く」こと。毎日たった10分プラスするだけで、ぐんと健康アップ！

### ① まずは、できることから始めよう

#### 成人

- 毎日60分以上、歩く・動く  
目安は1日8,000歩以上  
家事や通勤など、体を動かすことを意識
- 週60分以上の運動  
息がはずみ、汗をかくくらいの運動を

自転車・徒歩通勤で10分プラス



### ② 週2～3回の筋トレも忘れずに

- 「筋トレ」と「有酸素運動」の組み合わせでさらに効果UP
- 胸、背中、下肢等の大きな筋肉を全身まんべんなく
- マシンやダンベル、腕立て伏せやスクワットなど、どれでもOK



#### シニア

- 毎日40分以上、歩く・動く  
目安は1日6,000歩以上
- 週60分以上の運動  
さまざまな動きのある運動がおすすめ。  
ダンスや体操、球技、登山やハイキングも◎



### ③ ストップ！座りっぱなし

- 座りっぱなしは、死亡リスクが高まります  
30分に1回は立ち上がって、軽く体を動かそう！



身体活動・運動についてもっと詳しく知りたい方はこちら>



# 皆さんの健康づくりにすこやか手帳（健康手帳） をご活用ください

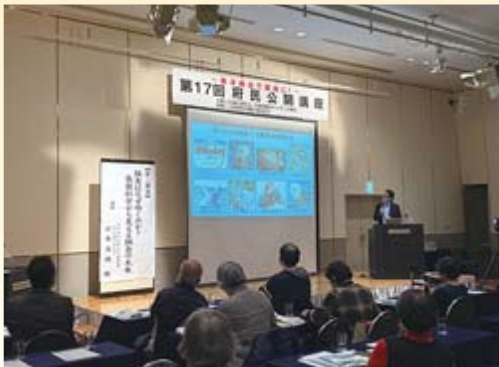
デジタルブックは  
こちら⇒



# パートナー活動の紹介コーナー

## ★公益社団法人大阪府鍼灸マッサージ師会

11月23日(日)に府民公開講座を開催しました！  
3つのテーマ「骨と腸W(ダブル)のケアで、あなたも元気に！」(森永乳業)「特殊詐欺とSNS型投資口マンス詐欺の現状と対策について」(大阪府警察)「鍼灸はなぜ効くのか？最新科学から見る鍼灸の未来」(NHKコンテンツ制作局チーフディレクター山本高穂氏)の講演に、約150名の府民の皆様にご参加頂きました。毎年11月に開催しておりますので、ぜひご来場ください。  
問合せ：06-6624-3331



## ★特定非営利活動法人ピンクリボン大阪

10月4日(土)12時~17時に講演会を開催しました！  
会場：ハードロックカフェユニバーサル  
シティーウオーク大阪  
参加人数：35名

9月28日(日)14時~17時にがん検診啓発活動をしました。  
会場：ヨドコウ桜スタジアム特設会場  
参加人数：150名

6月6日(金)・8月30日(土)・10月31日(金)・  
12月8日(月)11時30分~16時に『健康サミット』を開催しました。  
会場：大国町タワーマンションコミュニティールーム  
12月8日は、本町船場センタービル  
10号館地下1階イベントホール  
参加人数：一回20名~25名

問合せ：特定非営利活動法人  
ピンクリボン大阪  
090-5463-8954



## ★なのの絵本

絵本読み聞かせ、朗読演劇、防災・傾聴・認知症予防研修などを通じて親子の絆・三世交代・地域との繋がりをテーマに活動をしています。絵本・傾聴講座なども開催しています。気軽にご連絡ください。  
Mail：nananoehon@gmail.com  
<http://ameblo.jp/tss7nana-7/>



## ★住吉区健康づくり推進協議会 かきつばたの会

令和8年5月22日(金)総会・記念講演では、一般社団法人 日本冷凍食品協会の広報部長 三浦佳子様のご講演予定です。  
協働講座としまして、健康運動指導士 竹田薫先生の指導で、令和8年4月から、12連合順次実施いたします。

## ★一般社団法人ダンス教育振興連盟 JDAC

大阪市の各区が運営する「なにわ元気塾」にてシニア向け「健康ダンス教室」を年間130回以上開催！座ったままでも楽しめる大変好評いただいております！本取り組みが評価され、厚生労働省主催「第11回健康寿命をのばそう！アワード」で【健康局長優良賞】を、スポーツ庁主催「第2回 SportinLife アワード」で【優秀賞】を受賞しました！

健康ダンス教室のお問合せ：  
06-6934-4199



### ★平野区健康づくり推進協議会 健康友の会

9月22日(月)大阪常磐会大学の教授による、脳活性化を目的とした英語・ウクレレ教室を開催しました。新しいことに触れ、学ぶことは脳活性化に繋がります。ウクレレという楽器について学びながら英語や音楽に触れ、参加者のみなさんもノリノリで楽しんでいました。今回学んだことを地域のみなさんにも伝え、健康づくりを推進していきます。



### ★子どもに無煙環境を推進協議会

令和7年10月4日、令和8年2月7日に、第2、3回オンラインセミナー：いのち輝け「タバコ対策で健康寿命をのばそう!」を開催し、YouTubeで公開しています(二次元コード参照)。6月6日には世界禁煙デー協賛：第4回セミナーを予定しています(おおさか健活10のアスマイルポイントも付与)。毎回、受動喫煙をなくす願い：イエローグリーンライトアップの事例紹介も入れています。

<https://notobacco.jp/muen2/>

オンラインセミナーの  
公開サイト⇒



セミナーで紹介した5/31世界禁煙デーでの天保山大観覧車のライトアップ

### ★郵政近畿共助会大阪市北支部

内閣府のエイジレス章を世界初浮体式旋回橋「夢舞大橋」で祝福しました。

内閣府が年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活している高齢者を紹介し国民の参考とするため社会参加章とエイジレス章を毎年発表していますが、「郵政近畿共助会大阪市北支部」では、大阪市健康局から「すこやかパートナー」の認定を機会に「すこやかパートナーの会」や「認知症サポーターの会」等の結成と活動に対し「社会参加章」を受章していましたが令和7年度は、これらの結成に携わり現在もウオーキング指導者として活躍中の梅原氏が「エイジレス章」を受章しました。

今回は此花区に架かる500年前ダ・ヴィンチの残した手稿のアイデアで世界初の浮体式旋回橋「夢舞大橋」を“このはな元気!区長と歩こう会”の皆さんと一緒に舞洲から夢洲へ歩いたあと中島区長と一緒にエイジレス章を祝福しました。

問合せ：大阪市北支部 古都みずほ  
090-8532-0643



### ★NPO法人 日本アトピー協会

患者正会員の皆さんと交流イベントで京都へ行きました。御所の周りを散策し、平安神宮で健康祈願の参拝をしてきました。

当会ではアトピー性皮膚炎でお困りの患者様向けの情報誌「あとびいなう」を隔月に無料で発行しております。ご希望の方は二次元コードまたは

下記まで送付希望と  
ご連絡ください。

問合せ：06-6204-0010

(火・木曜10~17時)



### ★森ノ宮医療大学

11月6日(木)に2025年度 第2回市民公開講座を開催しました!

日本人の死因第4位、寝たきりの原因としては第1位の病気である「脳卒中」をテーマに、3名の方に講演いただきました。本学では、連携協定を結ぶ医療機関の協力を得て、身近な疾患をテーマにした講座を年2回実施しています。

過去に開催した講座はYouTubeで配信していますので、是非ご覧ください。

問合せ: 森ノ宮医療大学

学長室 企画課/地域連携センター

06-6616-6911



森ノ宮医療大学  
YouTube



### ★東成区食生活改善推進員協議会

東成区では、「ひがしなりだより」で参加者を公募して「パッククッキング教室」を行っています。令和7年は、8月6日(水)に「親子で簡単パッククッキング教室」を行いました。メニューは、「α化米を使ったワカメご飯・オムレツ・ミネストローネ・ココアケーキ」です。親子8組20人の参加があり、手軽に子ども達でも調理できると楽しく作っていただきました。

また、12月10日(水)には大人の方14名が参加され「サバ缶の炊き込みご飯・きのこ野菜のスープ・ういろう風」を作りました。誰でも簡単にできると喜んで作っていただきました。

問合せ: 06-6971-4809

### ★雪印メグミルク株式会社 西日本 CR 企画推進グループ

2025年度は、各区役所での食育展に参加し、骨の健康度チェック・カルシウムゲームなど実施しました。また食生活改善推進員協議会様、老人福祉センター様等で「骨・カルシウムセミナー」を多数実施し、骨の役割やカルシウムの働き、カルシウムの摂取量及び、牛乳・乳製品を使った簡単レシピをお伝えしています。その他にも「チーズセミナー」「ヨーグルトセミナー」などの食育プログラムを講師派遣でお伝えしました。(講師料・交通費等無料)

●月曜～金曜の平日

●約60分

●参加人数20名様以上

●講師料・交通費等無料

●お問合せは食育担当

06-7670-3006 または

kansaisyokuiku@meg-snow.com

まで

### ★資生堂ジャパン株式会社

令和7年11月11日(火)西区オレンジチームで「認知症の方を介護する家族のつどい」にて、いきいき美容コースを開催しました♪化粧のちからで、自分らしさを思い出し、介護者も当事者も笑顔で心をつなぐ時間に。資生堂は地域の皆さまの「一瞬も一生も美しく」を応援しています。



講座の申し込み  
はこちらから▼



### ★株式会社ジェイフード なんば営業所

大阪市内の郵便局やスーパーで、血管年齢測定を定期的に行っています。

地域の皆さまに、ご自分の健康状態に興味を持っていただく

「きっかけづくり」となれば幸いです。

私達と一緒に、地域の健康作りに取り組んでいただけるパートナー様を募集しております。

内容は相談可能ですので、お気軽にお問合せください。

問合せ: 070-5027-2558 (担当: 池田)



★このはな元気！—区長と歩こう—会

～『自然共生サイト』に認定された舞洲の庭園を散策～

植物、野鳥、両生爬虫類等の多様な生き物が生息する区域として、『自然共生サイト』に認定された大阪湾の人工島舞洲を、“身近にある緑の島”との思いで中島区長と一緒に歩きました。

宿泊してみたいくなる素敵なログハウス、人口の池、季節の花が植えられた庭園、子どもから高齢者までイベントを楽しめる芝生広場、大阪湾を眺めながらのウォーキング。途中、枯れ葉を腐葉土に変える作業をされている方からのお話も聞くことが出来ました。

紅葉の時期、色づいた広大な舞洲で《交流や散策》を楽しんだ季節にふさわしい「まち歩き」でした。

連絡先：090-7108-3255 (山田)



★アンシー's ストレッチヨガスタジオ

アンシー's ストレッチヨガは、東洋医学の知恵に基づき「心・体・社会の調和」を目指すヨガメソッドで、市民の皆さまの内側からの健康づくりをサポートしています。私たちは地域社会への貢献を活動の柱としており、2025年度には、大阪国際交流センターで開催された「国際ヨガの日」イベントに協力いたしました。また、心の健康も大切にするため、10月17日には大阪市健康局主催の出前講座「心のサポーター養成講座」をスタジオで開催し、レッスン生やスタッフが受講しました。今後も、皆さまと共に心身ともにすこやかな社会づくりに尽力してまいります。

アンシー's ストレッチヨガ 公式HP



★西区健康づくり推進協議会  
コスモス会

11月2日に西区民まつり「文化と健康のつどい」に参加し、展示ブースに来場された方にはすべり止めマットで作るコースター兼蓋オープナーを作って頂きました。12月2日に定例会として出前講座の後、折り紙で簡単なリース作りをしました。

問合せ：090-7347-2788 (山下)



★大阪医療福祉専門学校

令和7年11月24日に開催された東淀川区民まつりにブースを出展しました。

健康をテーマに「姿勢・バランス能力改善体操」と「頭と体の体操～コグニラダー」を、さらに防災をテーマにした内容を区民の皆様にご体験いただき、大変好評を頂きました。普段から地域の淀川区・東淀川区在住の区民対象に健康寿命延伸や認知症予防、防災意識の向上を目的として活動をしています。

ご興味ご希望があれば是非お問い合わせください。

問合せ：06-6393-2288



★堺ヤクルト販売株式会社

12月4日(木)「瓜破西老人憩いの家」にて地域の皆さまを対象に健康セミナー(にこにこ教室)を開催しました。健康セミナーでは「日々の生活習慣から考える健康づくり」をテーマに、食事・運動・腸内環境の大切さを分かりやすくお伝えしました。当日は約40名の方にご参加いただき、笑顔あふれる学びの時間となりました。私たちはこれからも地域に寄り添い、健康をサポートし続けてまいります。健康セミナーのご依頼も随時お受けしております。

問合せ：(072) 262-8960

(9:00-17:00 土・日・祝日を除く)

# こちらが、すこやかパートナーの皆さんです！



すこやかパートナー団体の紹介をホームページで行っています。

詳しくは

[すこやかパートナー](#)

[検索](#)

## すこやかパートナー登録団体 (R7.12.31 現在 222団体)

NPO 法人1億人元気運動協会	大阪夕陽丘学園短期大学	新大阪小倉屋株式会社	プレストフォート協会
株式会社アーバンフィット	大塚食品株式会社 大阪支店	新大阪セミナーオフィス	株式会社ヘルスアンドフィットネス
アイビィ株式会社	大手前大学 (食育伝え隊)	心理カウンセリングのフルフィルメント	三井住友海上あいおい生命保険株式会社 近畿営業部大阪北生保支社
株式会社アカカベ	国家公務員共済組合連合会 大手前病院	株式会社スタジオアリス	三井住友海上火災保険株式会社 関西企業営業第三部
株式会社アクセルファクター	おやこむすびキッズクラブ	株式会社ストーン・フィールド	メイキングライフケア
味の素株式会社 大阪支社 西日本広報グループ	カウンセリングオフィス AXIA	スポーツコンディショニング球武	株式会社 明治 関西支社
アストラゼネカ株式会社	カゴメ株式会社 大阪支店	株式会社スリーエーコンサルティング	明治安田生命保険相互株式会社 大阪本部
アフラック大阪総合支社	カタログFX	スリーロック株式会社	森ノ宮医療学園専門学校
アペノ・中国気功桃華会	カネソン株式会社	一般社団法人セレッソ大阪スポーツクラブ	森ノ宮医療大学
アレクシオンファーマ	カルビー株式会社 近畿支店	全国健康保険協会 大阪支部	株式会社ヤクルト本社 中日本支店
アンシー's ストレッチヨガスタジオ	関西医薬品協会 くすり相談研究会	一般社団法人 全日本ノルディック・ウォーク連盟	大阪東部ヤクルト販売株式会社
アントプロダクション株式会社 リパティワークス編集部	関西スーパー南堀江店	相愛大学 発達栄養学科	近畿中央ヤクルト販売株式会社
株式会社ウェルネス&スマイル (フィットネス実践クラブ)	一般社団法人聴きプロ.com	損害保険ジャパン株式会社	堺ヤクルト販売株式会社
NPO 法人 ウエルネスライフ応援協会	特定非営利活動法人 キャンサーネットジャパン	田辺ファーマ株式会社 第6リージョン部	南大阪ヤクルト販売株式会社
NPO 法人 海・空・太陽	行政書士やまだ事務所	一般社団法人 ダンス教育振興連盟 J D A C	ヤンセンファーマ株式会社
エーザイ株式会社 大阪統括部	協和キリン株式会社 大阪支店	中外製薬株式会社 大阪支店	郵政近畿共助会大阪市北支店
エクスコグローバル株式会社 (にしたん ART クリニック)	一般社団法人 恵佳会 おうちクリニック	NPO 法人つなげる	郵政メルク株式会社 西日本支 西日本 CR 企画推進グループ 食育チーム
大阪ガスネットワーク株式会社 (Daigas グループ)	ケムラン~屋内完全禁煙飲食店を応援する会~	株式会社ディープリンパクト	ヨガスタジオ フォレスタ
NPO大阪活性化推進総研	一般社団法人 健康栄養支援センター	株式会社 天満不動産	ラッキーヨガ
大阪がんえナビ制作委員会	合同会社健康サポートプロジェクト	東京海上日動あんしん生命保険株式会社	株式会社リブドゥコーポレーション
大阪きづがわ医療福祉生活協同組合	一般社団法人 健康寿命世界一	東京海上日動火災保険株式会社 関西公務金融部	リレー・フォー・ライフ・ジャパン大阪あさひ実行委員会
一般財団法人 大阪市環境保健協会	健康マスター関西会	NPO 法人 なのの絵本	株式会社ルネサンス
学校法人 大阪滋慶学園 大阪医療福祉専門学校	一般社団法人 公園からの健康づくりネット	株式会社なの花西日本	一般社団法人 ロカロジ協会
大阪市男女いきいき財団	高津理容美容専門学校	ニッタイ株式会社	ロシュ・ダイアグノスティック株式会社
大阪市ママさんバレーボール連盟	ゴールドジム大阪中之島	特定非営利活動法人日本アトピー協会	ロングライフホールディング株式会社
大阪市役所医師会	ゴールドジム十三大阪	NPO 法人 日本いきいきらいふ協会	若者に HPV ワクチンについて広く発信する会 Vcan
公立大学法人大阪 大阪公立大学大学院医学研究科・医学部医学科	ゴールドジム梅田大阪	一般社団法人日本エイジレスパレエ・ストレッチ協会	ASOBOARD
大阪公立大学 都市健康・スポーツ研究センター	ゴールドジム心斎橋大阪	一般社団法人日本頭蓋仙骨療法協会	ATC エイジレスセンター
大阪の医療の未来を考える会	株式会社国際興業大阪	日本生命保険相互会社 本店公務部	株式会社 Call to Beauty
生活協同組合おおさかパルコープ	公益財団法人 骨粗鬆症財団	公益社団法人 日本WHO協会	株式会社 Doctor's Fitness
NPO 法人大阪ひまわりの会	子どもに無煙環境を推進協議会	特定非営利活動法人 日本統合医学協会	株式会社 FelizGate
公益社団法人大阪府栄養士会	このはな元気! 区長と歩こう会	一般社団法人 日本認知症予防協会	株式会社 Globale lsm
公益社団法人 大阪府看護協会	小林整骨院 寺田町	一般社団法人日本マインドヘルス協会	一般社団法人 HPV についての情報を広く発信する会
大阪府健康管理士会	在宅医療支援機構株式会社	認知症予防サポート協会	NPO 法人 J.POSH (日本乳がんピンクリボン運動)
大阪府公衆浴場業生活衛生同業組合	サラヤ株式会社	野田新橋筋商店街振興組合	株式会社 KRO
一般社団法人大阪府歯科医師会	株式会社ジェイフード なんば営業所	パパの育児休業支援センター	NPO 法人 kun こころの宮
公益社団法人 大阪府歯科衛生士会	特定非営利活動法人子宮頸がんを考える市民の会	株式会社阪神調剤薬局 ちしまメディカルパーク店	M G R e a l t e c 合同会社
公益社団法人 大阪府柔道整復師会	資生堂ジャパン近畿営業本部	東成母子会	NPO 法人 MY フィットネス道
公益社団法人 大阪府鍼灸マッサージ師会	資生堂ジャパン近畿支社	特定非営利活動法人ピンクリボン大阪	NTT PARAVITA 株式会社
大阪府ママさんバレーボール連盟	シナジア	株式会社ファンタジー 大阪支社	SAY 株式会社
一般社団法人大阪府薬剤師会	秀真書道学院	ブリーフセラピー・カウンセリング・センター	株式会社 SHIRO
大阪ヘルシー外食推進協議会	株式会社 常翔ウェルフェア	株式会社ブリック薬局	SOMPO ひまわり生命保険株式会社 関西企画開発営業部
大阪メチャビ〜祭実行委員会 (NPO 法人 オー・エイチ・ビー)	医療法人 松徳会桃山クリニック	特定非営利活動法人ブレイブサークル運営委員会	YACYBER 株式会社

大阪市食生活改善推進員協議会	東淀川区食生活改善推進員協議会	大阪市健康づくり推進協議会	東淀川区健康づくり推進協議会 (あじさいの会)
北区食生活改善推進員協議会	東成区食生活改善推進員協議会	北区健康づくり推進協議会 (いきいきばらの会)	東成区健康づくり推進協議会 (すみれの会)
都島区食生活改善推進員協議会	生野区食生活改善推進員協議会	都島区健康づくり推進協議会 (あゆみ会)	生野区健康づくり推進協議会 (カトリア会)
福島区食生活改善推進員協議会	旭区食生活改善推進員協議会	福島区健康づくり推進協議会 (すこやか会)	旭区健康づくり推進協議会 (わかばの会)
此花区食生活改善推進員協議会	城東区食生活改善推進員協議会	此花区健康づくり推進協議会 (この花なでこ会)	城東区健康づくり推進協議会 (みどりの会)
中央区食生活改善推進員協議会	鶴見区食生活改善推進員協議会	中央区健康づくり推進協議会 (バンジーの会)	鶴見区健康づくり推進協議会 (鶴見ふれんど会)
西区食生活改善推進員協議会	阿倍野区食生活改善推進員協議会	西区健康づくり推進協議会 (コスモス会)	阿倍野区健康づくり推進協議会 (梅の会)
港区食生活改善推進員協議会	住之江区食生活改善推進員協議会	港区健康づくり推進協議会 (のぞみ会)	住之江区健康づくり推進協議会 (松の会)
大正区食生活改善推進員協議会	住吉区食生活改善推進員協議会	大正区健康づくり推進協議会 (ふれあいの会)	住吉区健康づくり推進協議会 (かさつばたの会)
天王寺区食生活改善推進員協議会	東住吉区食生活改善推進員協議会	天王寺区健康づくり推進協議会 (夕陽の会)	東住吉区健康づくり推進協議会 (東住吉区健康づくりの会)
浪速区食生活改善推進員協議会	平野区食生活改善推進員協議会	浪速区健康づくり推進協議会 (あすなる会)	平野区健康づくり推進協議会 (平野区健康友の会)
西淀川区食生活改善推進員協議会	西成区食生活改善推進員協議会	西淀川区健康づくり推進協議会 (つくし会)	西成区健康づくり推進協議会 (旭の会)
淀川区食生活改善推進員協議会		淀川区健康づくり推進協議会 (ほほえみ会)	

# すこやかパートナー「中外製薬株式会社」と連携した活動紹介

**肺がん啓発動画を  
作成しました**

始めよう 健康への小さなイッポ！  
大阪市デジタル市民公開講座

## おしえて 肺がん のコト

/// To : 大阪市にお住いの皆様へ(演者より) ///

肺がん患者さんの数は年々増加しています。  
正しい知識を身につけることで予防や早期発見・治療につながります。

大阪市立総合医療センター 腫瘍内科部長 駄賀 晴子 先生

こんな疑問が 約18分 で解決！

- ? 肺がんとは どのような病気？
- ? 肺がんは なぜ起こるの？
- ? 肺がんを早期に 発見するためには？

動画で分かりやすく解説しています

「肺がんについて」  
今すぐ動画をチェック！

本動画はがん検診の受診啓発を目的に、  
大阪市と中外製薬株式会社の「すこやかパートナー登録」に  
基づく取り組み活動として共同で制作しました。

we LOVE がん検診 大阪市 中外製薬  
2025年10月作成

## おしえて肺がんのコト

肺がんの原因や予防、肺の機能など、分かりやすくお伝えしています。ぜひ、ご覧ください。

**CHECK**



大阪市健康局 YouTube 肺がん 検索


※チラシも準備しています。啓発にご協力いただける企業・団体様がありましたらご連絡ください。

大阪市健康局 YouTube には、がんの他にも健康等に関する情報を掲載しています。すこやかパートナーの企業・団体様で、ご活用いただくこともできますので、ご連絡ください。





大阪市健康局 YouTube 検索

## 大阪市では、肺がん検診のほかに、 胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検診も実施しています。



詳細については、ホームページをご覧ください。

大阪市がん検診 検索



## “『がん検診受診状況』のアンケート”を実施します！

大阪市では、市民が受診されたがん検診の状況を正確に把握するため、アンケートを実施します。対象の検診は、大阪市（自治体）によるがん検診のほか、お勤め先や健康保険組合が実施した検診、人間ドックなど、すべてのがん検診で、「受診の有無」や「受診の時期」などをお聞きします。回答はオンラインでお願いします。

～大阪市民のみなさま、ぜひ、ご協力をお願いします～

アンケートはこちらから→

