

7月以降の検診(区役所)はこちら

実施日	時間	要予約	予約不要	受付時間
7/4(土)	午前	大 肺 マ 骨	特	がん検診・骨粗しょう症検診 【午前】9:30~10:30 【午後】13:30~14:30 【夜間】18:30~19:30
8/31(月)	午前	大 肺 マ 骨	特 歯	
10/14(水)	夜間	肺 マ 骨		特定健診・歯科健康相談 【午前】9:30~11:00 【午後】13:30~15:00
11/5(木)	午前	大 肺 マ 骨	特 歯	大 大腸がん検診 肺 肺がん検診 マ 乳がん検診(マンモグラフィ) 骨 骨粗しょう症検診 特 特定健診 歯 歯科健康相談
12/18(金)	午前	大 肺 マ 骨	特 歯	
令和9年1/23(土)	午前	大 肺 マ 骨	特	
令和9年2/24(水)	午前	大 肺 マ 骨	特 歯	



「このはな健康だより」

～春のころは不安定(周りの人ができること)～

春は新しい環境や人間関係で多くのストレスを感じやすくなります。緊張した生活で気づかぬうちに無理をして1か月が過ぎた5月頃に調子を崩しやすいと言われています。放っておいた結果「うつ病」を発症してしまうケースもあります。

表情が暗く、元気がない

体調不良の訴えが多くなる
(めまい、頭痛、肩こり、腹痛、便秘等)

仕事や家事で能率低下・ミスが増える

周りの人が気づくサイン



遅刻・早退・欠勤(欠席)が増える

趣味やスポーツ、外出等をしなくなる

お酒やタバコの量が増える

周囲との交流を避けるようになる など

周りの人がサインに気づいたら

早めにご本人が心療内科や精神科など専門の医師につながることをおすすめします。ご本人の受診が難しい場合や判断に迷う場合は、精神保健福祉相談員による相談(平日9:00~17:30)や、8ページの「医師による精神保健福祉相談」などをご利用ください。

周囲と相談しながらご本人がゆっくり休養できる時間を確保しましょう。

ご本人の生活リズムが乱れないようにサポートしましょう。

ゆっくりと回復を見守ることが大切です。無理なお誘いは負担になることもあるのでご本人のペースを大切にしましょう。



広報誌に掲載する広告を募集しています。

【問合せ】政策共創課31番窓口 ☎ 06-6466-9975 (広報このはな 広告 検索)