

つくろう健康 受けよう健診



● お得な 特定健診 受け忘れていませんか？

対象 40歳から74歳までの大阪市国民健康保険加入者または後期高齢者医療制度加入者（75歳以上）

内容 問診、身長、体重、BMI、腹囲、血圧、血液検査、尿検査
※医師の判断や医療保険者により追加項目がある場合もあります。

受診方法 受診券（4月末頃に送付）と保険証を必ず持参し、指定の医療機関か集団健診実施会場で受診してください。

※前年度の特定健康診査の結果をお持ちの方は、健診当日にご持参ください。

※他の健康保険加入の方はそれぞれの健康保険組合にお問い合わせください。

◆受診券についての問い合わせ先

対象者	問合せ先	電話番号
大阪市国民健康保険加入者（40歳から74歳）	港区役所窓口サービス課（保険）	06-6576-9956
後期高齢者医療制度加入者（75歳以上）	大阪府後期高齢者医療広域連合	06-4790-2031

◆健診会場・内容についての問い合わせ先

港区保健福祉センター保健福祉課（保健運営）
電話：06-6576-9882 FAX：06-6572-9514



● やっぱり早期発見！早期治療が大切！がん検診に行こう！！

検診名	対象者	検査内容	保健福祉センター料金	取扱医療機関料金
胃がん検診	40歳以上 年度中1回	胃部エックス線撮影（バリウム検査）	500円	1,500円
大腸がん検診		免疫便潜血検査（2日法）	300円	
肺がん検診		胸部エックス線撮影	無料（喀痰検査は400円）	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 2年に1回	子宮頸部細胞診検査		400円
乳がん検診	30歳代の女性 年度中1回	視触診・超音波検査		1,000円
	40歳以上の女性 2年に1回	マンモグラフィ検査	1,500円	

◆健診実施機関・内容についての問い合わせ先

港区保健福祉センター保健福祉課（保健運営） 電話：06-6576-9882 FAX：06-6572-9514

健康についての相談は…

港区保健福祉センター保健福祉課（保健活動） 電話：06-6576-9968



のぼそう健康寿命!!

健康&運動&食育

①みなとくで ②ながいきしよう ③ともに元気で!

11月は港区健康月間です!! (中のページをごらんください)

平成27年 11/7(土) 港区健康フェスタ2015

入場無料

午後1時30分～4時（受付午後1時～）
大阪市立港区民センター

午後1時30分～ オープニングセレモニー
ミス/キッズダンススクール/大阪エヴェッサダンススクール/B.T.DANCE
によるダンスでスタート!!



ステージ	2階スタジオ「橘」	2階「楓」食育ミニ講座
●13:30～ オープニングセレモニー ●15:20～ 正しいラジオ体操	●13:50～ あいうべ体操 ●14:25～ シニア健康ヨガ体操 ●15:00～ AEDの使い方	●13:30～ 野菜ってすごい!乳酸菌の効用 ●14:10～ 「脳」の健康 ●14:50～ おなか元気教室

サンプル配布あり



いろいろな展示や体験ブースがいっぱいあるよ!

体験

- みそ汁塩分測定（みそ汁50ccをご持参ください）
- 食品つりゲーム など
- 脳活性化の小物づくり
- バーチャル買い物ゲーム
- 手洗いチェック
- ランチョンマットづくり
- こどもの薬局体験「キッズファーマシー」

展示など

- 幼稚園、保育所（園）、小学校の食育の取組展示
- * 離乳食・給食献立・おやつレシピ展示
- * 菜園活動、郷土料理の紹介
- スポーツ教室紹介
- ラジオ体操やウォーキング活動の展示など
- 食中毒の予防
- こころの健康コーナー
- 特定健診PR、がん検診の受付
- 障がい者作業所のバザーと展示

健康チェック

- 体脂肪測定
- WiFiitでバランス年齢チェック
- 血管年齢測定・足趾（そくし）力測定
- 骨密度測定
- アルコールパッチテスト

健康相談

- 健康相談
- 歯科相談
- みなど卒煙塾（肺年齢測定、呼気中の一酸化炭素測定）
- フッ素塗布（先着100名/受付15:40まで）ブラッシング指導
- 障がいについての相談
- 住まいの虫相談

健康診断

- 結核健診（胸部エックス線検査）15歳以上の方

無料です

※内容は変更する場合があります。
※当日午前11時時点で暴風警報発令中の場合は、中止となります。

主催 健康フェスタ2015実行委員会

港区医師会/港区歯科医師会/港薬剤師会/港区地域振興会/港区社会福祉協議会/大阪市コミュニティ協会港区支部/港区食品衛生協会/港区食品衛生協会栄養士部会/港区民生委員児童委員協議会/港区地域振興会女性部/港区地域女性団体協議会/港区子育て支援センター/港区食生活改善推進員協議会(桜栄会)/港区健康づくり推進協議会(のぞみ会)/すみれ会(健康教室修了者の会)/港区子ども子育てプラザ/食育推進ネットワーク/港区障害者施設連絡会(ポートネット)/港スポーツセンター/八幡屋スポーツパークセンター/港区役所・港区保健福祉センター

協賛団体 大阪ガス(株)/カゴメ(株)大阪支店/南大阪ヤクルト販売(株)/みなと生協診療所

協力 港区運動サポーター/大阪府看護協会西支部/港消防署/環境局西部環境保全監視グループ

(順不同)