

大阪市国保被保険者の皆さんへ 令和8年度保健事業のお知らせ



●特定健診 無料

高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の予防に向けた健診です。40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)が対象です。対象の方には、4月末頃に緑色の封筒で「受診券」を送付しています。

●国保人間ドック 対象 30歳以上の方

40歳以上の方は特定健診の「受診券」が必要です。
受診費用 30～39歳:15,000円、40～74歳:10,000円
昭和36・41・46・51・56・61年度生まれの方は無料

●国保プラス健診 対象 18歳以上の方

特定健診の項目に胸部エックス線、心電図、貧血、視力、聴力などの項目を追加して受診できます。

受診費用 1,800円

詳しくは「受診券」に同封の「国保健診ガイド」(区役所窓口でも配布)または大阪市ホームページをご覧ください。ご自身の健康管理のため、1年に1回健診を受けましょう。



●特定健診受診券について

窓口サービス課(保険年金・保険)

☎ 6576-9956 FAX 6576-9991

※受付:月～木曜・第4日曜9時～17時30分、
金曜9時～19時

問合せ

●健診内容・国保人間ドック その他保健事業について

大阪市福祉局 生活福祉部 保険年金課
(保健事業)

☎ 6208-9876 FAX 6202-4156

※受付:平日9時～17時30分

令和8年度「こどもまんなか 児童福祉週間」の標語が決定しました

「いこうぜ!みんなキラキラのあしたへ ゴーゴゴー!」

こどもや家庭、こどもの健やかな成長について国民全体で考えることを目的に、毎年5月5日の「こどもの日」から1週間を「こどもまんなか 児童福祉週間」と定めています。

子育て支援室では、こどもの心身の発達・性格行動・しつけ・不登校・ヤングケアラーなど、こどもに関するさまざまな相談に応じています。

また専門機関への紹介や情報の提供、児童虐待の通報、ヤングケアラーに関する相談も行っています。

問合せ

保健福祉課(子育て支援室)

☎ 6576-9856 FAX 6572-9514



2025年7月～2026年4月に掲載した/

健康レシピ

港区役所のホームページで
公開しています。



ぜひ
作ってみて
ください



健康

各種健康診査 開催会場 区役所 2階 問合せ 保健福祉課(保健衛生) ☎ 6576-9882 FAX 6572-9514

種類	対象	費用	日時
大腸がん(免疫便潜血検査)	40歳以上 ※喀痰検査は50歳以上	300円	5月25日(月) 9時30分～10時30分 6月19日(金) 9時30分～10時30分 6月28日(日) 9時30分～10時30分 13時30分～14時30分
要申込 肺がん(胸部X線検査)(喀痰検査) 肺がん(胸部X線検査)(喀痰検査)		無料 ※喀痰検査は400円	5月25日(月) 9時30分～10時30分 6月28日(日) 9時30分～10時30分 7月29日(水) 9時30分～10時30分
乳がん(マンモグラフィ検査)		1,500円	6月19日(金) 9時30分～10時30分 6月28日(日) 13時30分～14時30分 7月24日(金) 18時30分～19時30分
骨粗しょう症検診	18歳以上	無料	7月24日(金) 18時30分～19時30分
結核健診	15歳以上	無料	5月25日(月) 14時～15時 6月19日(金) 14時～15時
歯科健康相談	全年齢	無料	5月25日(月) 9時30分～10時30分 6月19日(金) 9時30分～10時30分 7月29日(水) 9時30分～10時30分
申込不要 特定健康診査※	国民健康保険加入者(40～74歳) 後期高齢者医療制度加入者	無料 ※受診券とマイナ保険証又は資格確認証書と特定健診個人票が必要	5月4日(月・祝) ※5月25日(月) 9時30分～11時 6月28日(日)

●検診受診にあたり配慮が必要な方は事前にご連絡ください。 ※5月25日(月)の特定健診は港区役所5階で実施します。
がん検診は、取扱医療機関でも受診できます。後期高齢者医療制度・高齢受給者証の対象者、生活保護・市民税非課税世帯の方は受診の際に証明書等の提示・提出により費用が無料になりますので、当日ご持参ください。詳しくはお問い合わせください。
※特定健診は、取扱医療機関でも受診できます(この場合は予約必要)。

●大腸がん検診のみ受診の場合、検査キットを申込みいただきましたら、複数の検診日から選択して受診していただく事ができます。この場合、検診日の予約は不要です(検査キットの申込みは必要)。肺がん検診、乳がん検診と大腸がん検診を同時受診される場合は、検診日の予約が必要です。

健康通信

今考えたい、たばこと健康 5/31は世界禁煙デー

～肺だけじゃない、体への影響～

たばこにはニコチン・タールなどの発がん性物質が含まれています。たばこの煙を吸い込むたび、気管や肺はこれらの有害な物質にさらされ、炎症を起こします。体への影響はそれだけでなく、遺伝子や器官を傷つけ、がん、脳卒中、虚血性心疾患などの循環器疾患、糖尿病、歯周病など、全身のさまざまな病気の原因となります。

～早めの禁煙は寿命を取り戻す!?～

喫煙者の死亡率は非喫煙者よりも高く、日本でたばこに関連する病気で死亡した人は年間19万人とされています。喫煙は一時の至福感と引き換えに、自分の寿命を削っています。しかし、35～40歳で禁煙すれば喫煙前の寿命を取り戻せると言われ、50歳代なら6年、60歳代なら3年、寿命を延ばせると言われています。 参考:厚生労働省、健康日本21(第3次)の推進のための説明資料

禁煙はいつから始めても遅くない!

～周りの人にも影響が!?～

非喫煙者はたばこの煙に対する感受性が高く、たばこの煙を少量でも吸うと大きな健康被害を受けると言われています。受動喫煙による日本人の肺がんリスクは影響のない人の約1.3倍になり、健康への影響は深刻です。また、たばこの煙は直径14mという広範囲まで届くため、周囲の非喫煙者の健康リスクをゼロにすることは困難です。

喫煙の害を知り、あなたも禁煙してみませんか?

問合せ 保健福祉課(地域保健活動) ☎ 6576-9968 FAX 6576-9514

精神科医による相談

無料 先着順

こころの変調に気づいたら専門家に相談してみませんか? ご家族や支援者からの、対応の仕方の相談も可能です。

日時 5月28日(木)、6月5日(金) 14時～

場所 区役所3階 相談室



酒害教室

無料 申込不要

お酒の飲み方に問題を抱える方や、その家族・支援者のための教室です。専門医の講話や当事者の体験談などを通じて、お酒に関する知識と理解を深め、回復をめざします。

日時 5月25日(月) 10時～12時 ※毎月第4日曜開催

場所 区役所2階 集団検診室

問合せ 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 6576-9968 FAX 6572-9514



相談

ひとりで悩まないで、まずはご相談を

仕事や生活などの生活課題について、相談支援員が寄り添い、一緒に解決の方法を探します。

問合せ 暮らしのサポートコーナー(区役所内 2階)

☎ 6576-9897 FAX 6571-7493

生活保護について

生活に困った方に、困窮の程度に応じて必要な保護を行います。申請手続きなど詳細は下記へご相談ください。

問合せ 保健福祉課(生活支援担当)

☎ 6576-9873 FAX 6571-7493