



身体測定

無料

申込不要

定期的に測ることによって、ご自身の健康管理をしましょう。測定項目は、身長・体重・前屈・血圧・握力の5項目です。(介護・健康相談コーナーもあります。)

日時 7月8日(火) 10時30分～11時30分

場所 浪速区老人福祉センター

対象 市内在住の60歳以上の方

その他 動きやすい服装でお越しください。

協力 浪速区地域包括支援センター、浪速区オレンジチーム、日本橋ランチ、浪速区健康づくり推進協議会「あすなろ会」

問合 浪速区老人福祉センター

☎ 6643-0792 ☎ 6644-6934



麻しん風しん混合(MR)ワクチンを接種しましょう!

無料

要申込

麻しん(はしか)と風しんは、感染力が強い感染症で、ウイルスに免疫のない方が感染するとほぼ100%の方が発病すると言われています。特別な治療法がなく、ワクチン(予防接種)だけが身を守る唯一の方法です。1回接種のみでは免疫がつかなかったり、免疫が持続せずにかかってしまうことがあります。2回の接種で97～99%の子どもに免疫がつきます。対象の年齢になれば、できるだけ早めにワクチン接種をしましょう。

●1期対象者: 生後12か月～生後24か月に至るまでの方(2歳の誕生日の前日まで)

●2期対象者: 小学校就学前の1年間(年長児)(平成31年4月2日から令和2年4月1日生まれの方)

●令和6年度に接種の機会を逃した方

MRワクチンの供給が不安定な状況にあったことから、接種ができなかった方の接種期間を2年延長しています。(令和9年3月31日まで接種可能です。)

《1期》延長対象者: 令和4年4月2日から令和5年4月1日生まれの方

《2期》延長対象者: 平成30年4月2日から平成31年4月1日生まれの方

《5期》延長対象者: 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性のうち、令和7年3月31日までに抗体検査を実施し、風しんの抗体が不十分であった方

場所 委託医療機関

持ち物 1・2期対象者: 母子健康手帳、予防接種手帳
5期対象者: 令和6年度中に実施した陰性の風しん抗体検査結果書類、公的な本人確認書類、大阪市が発行したクーポン券

突然の流行にそなえて
ワクチンはしっかり
受けておきましょう!



問合 区 保健福祉課(保健)

☎ 6647-9882 ☎ 6644-1937

vol.110

なでこちゃんの

健康広場



お肉はしっかり焼いて 食べましょう



細菌やウイルスは初めからお肉についていることがあるので、新鮮であっても生やよく焼けていないお肉を食べると食中毒を起こすことがあります。お子さんやお年寄りなど抵抗力の弱い方は、食中毒になると症状がひどくなりやすいので、特に注意が必要です。

問合 区 保健福祉課(保健)

☎ 6647-9973 ☎ 6644-1937

牛レバーは十分加熱して食べましょう

牛レバーは表面だけでなく、内部にも腸管出血性大腸菌が存在しています。腸管出血性大腸菌に感染すると症状が重篤化し、死に至ることもあります。

豚のお肉や内臓も十分加熱して食べましょう

豚のお肉や内臓を生で食べると、E型肝炎ウイルスや様々な細菌、寄生虫などに感染するリスクがあります。

生のひき肉を使った製品は
中心部まで加熱が必要です

ひき肉に付いている細菌などが中心部まで入ってしまうため、中までしっかり火を通しましょう。

レアハンバーグは危険です。

鶏肉も十分加熱して食べましょう

刺身やたたきなどによるカンピロバクター食中毒が多発しています。「新鮮＝安全」ではありません。

大阪市でも
カンピロバクター
食中毒が
多発しています



健診・検診などのお知らせ 問合 区 保健福祉課(保健) ☎ 6647-9882 ☎ 6644-1937

種 別	実施日時(受付時間)	対 象	費 用	場 所	
乳幼児健診	3か月児健診※	7月9日(水) 9時～	令和7年3月1日～令和7年3月31日生まれの方	無料	区役所3階
	1歳6か月児健診※	7月3日(木) 13時20分～	令和5年12月1日～令和5年12月31日生まれの方		
		8月7日(木) 13時20分～	令和6年1月1日～令和6年1月31日生まれの方		
	3歳児健診※	7月24日(木) 13時20分～	令和4年1月1日～令和4年1月31日生まれの方		
※乳幼児健診の対象は予定で変更になる場合があります。対象の方へは事前に通知します。当日、健診の都合により時間が前後する場合があります。					
結核健診(胸部X線間接撮影)	7月16日(水) 10時～11時	大阪市民で15歳以上の方			
大腸がん検診(免疫便潜血検査)	7月12日(土) 13時30分～14時30分	大阪市民で40歳以上の方(年度中に1回の受診) (肺がん検診でかく痰検査の受診は、50歳以上で良く喫煙される方など)	300円	無料 (かく痰検査は400円)	
肺がん検診 (胸部X線撮影・かく痰検査)					
乳がん検診(マンモグラフィ検査) ※視触診はありません		大阪市民で40歳以上の女性かつ前年度受診されていない方(2年に1回の受診) ※区役所での乳がん検診に申し込みされた方には ネイル関係の記念品をお渡しします	1,500円		
骨粗しょう症検診		大阪市民で18歳以上の方			
特定健康診査・後期高齢者医療健康診査(集団健診)	7月12日(土) 13時30分～15時	・大阪市国民健康保険に加入の方で年度中に40歳以上になる方など ・後期高齢者医療保険に加入の方	無料		
がん検診では、後期高齢者医療被保険者証・高齢受給者証をお持ちの方、市民税非課税世帯・生活保護世帯の方で証明書類をお持ちの方は料金が免除されますので、検診当日に証明書類を提示してください。					

咳・痰・息切れは肺からのSOS!! 甘く見ないで 肺の生活習慣病「COPD」

無料

近年、COPD(慢性閉塞性肺疾患)の患者数が増加中!! 肺の生活習慣病COPDについて、呼吸器専門医がわかりやすくお話しします。また、理学療法士による呼吸リハビリテーションや、肺年齢測定、ご本人またはご家族に喫煙歴のある方には、医師の個別相談(先着5名)もあります。あなたとあなたの大切な人のために、ぜひご参加ください。

日時 9月5日(金) 13時30分～15時50分
※受付時間 13時～

場所 区役所 701-704会議室

対象 市内にお住まいか、通勤・通学されている方

定員 50名(先着順、定員になり次第終了)

申込 行政オンラインシステム、電話、もしくは各区役所・保健福祉センターなどに設置している参加申込書に必要事項を記入し、郵送またはファックスでお申込み(参加申込書は、市ホームページ「呼吸器講演会」からダウンロード可)

募集期間 7月10日(木)から

申込は
こちら



問合 健康局保健所 管理課保健事業グループ

阿倍野区旭町1-2-7-1000 あべのメディックス10階

☎ 6647-0648 ☎ 6647-0718

子育て情報



おやこでエコクッキング

要申込

身体のこと、環境のこと考えた料理を学びましょう! ただ作って食べるだけでなく、食材を使い切る、ごみの少ない調理に挑戦します。夏休みの自由研究のきっかけにも♪

日時 7月31日(木) 10時～13時

場所 区役所3階 集団検診室

対象 区内在住の小学生とその保護者

定員 12組(先着順)

費用 子ども300円、大人500円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、
ハンドタオル、水筒、筆記用具

内容 お話と調理実習

申込 7月18日(金)までに
行政オンラインシステムから



問合 区 保健福祉課(保健)

☎ 6647-9882 ☎ 6644-1937

