

健診・予防接種などのお知らせ

区=区役所

申込・問合 保健福祉課 3F34番 保健 6647-9882 6644-1937

健(検)診名等	実施日時 (受付時間)	対 象	予約	費用	場所
乳幼児健診	3か月児健診(※)	6月9日(水) 9:00～	不要	無料	区3階
		7月14日(水) 9:00～			
	1歳6か月児健診(※)	6月3日(木) 13:20～			
		7月1日(木) 13:20～			
3歳児健診(※)	6月24日(木) 13:20～	平成29年10月1日～平成29年11月1日生まれの方			
B C G接種	6月17日(木) 14:00～15:00	生後5～8か月未満の方(標準的な接種月齢)			
結核健診 (胸部X線間接撮影)	6月18日(金) 10:00～11:00	大阪市民で15歳以上の方			
歯科健康相談	6月11日(金) 9:30～10:30	すべての方			
大腸がん検診 (免疫便潜血検査)	6月11日(金) 9:30～10:30	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歳以上でよく喫煙される方など)	要	300円	区7階
肺がん検診 (胸部X線撮影・ かく痰検査)				無料 (かく痰検査 は400円)	
乳がん検診 (マンモグラフィ検査) ※視触診はありません	7月13日(火) 18:30～19:30	大阪市民40歳以上の女性で前年度受診されていない方 (2年に1回の受診)		1,500円	
骨粗しょう症検診				無料	
特定健康診査・ 後期高齢者医療健康診査 <集団健診>	6月11日(金) 9:30～11:00	・大阪市国民健康保険に加入の方で令和3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	不要		

(※)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したり、健診会場が7階となる場合があります。

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。

なでこちゃんの健康広場

Vol.62 健康長寿とお口の役割

お口の健康が失われると…

要介護になる危険性 約2.4倍
死亡の危険性 約2.2倍

お口と健康の関係についてご存知ですか？

超高齢社会においても健康な生活を少しでも長く送るために、お口の役割は大切です。歯がなくなったり、舌がスムーズに動かせなくなったりで食事がしにくくなると、栄養不足から体力が低下し、転倒や歩行困難につながり、「要介護になる危険性」が約2.4倍、「死亡の危険性」が約2.2倍になることもわかっています。

咬む力が弱り食事の質が低下すると、生活習慣病予防に効果のある、さまざまな必要な栄養素が不足し、さらには運動機能の低下だけでなく「認知症」にもなりやすいことが明らかになりました。ほとんど自分の歯がなく、入れ歯も入れてない人は20本以上歯が残っている人の1.85倍も認知症になるリスクが高いことがわかっています。しかし、歯がなくなっても入れ歯を使うことで歯が20本以上残っている人と大差ない程度まで認知症の発症リスクを抑えることができます。さらには「かかりつけ歯科医院」がない人は、ある人の1.44倍も認知症になりやすく、すでに認知症を発症している人でも、お口の手入れをすることで進行が抑えられるとも言われています。しっかり咬めることで脳への血流が増加し、脳神経が活性化するのに加えてバランスよく栄養が摂れることも理由のひとつです。

皆さんも「かかりつけ歯科医院」を定期的に受診し、健康寿命を延ばしてみませんか。

浪速区歯科医師会 新開歯科 新開 明

かかりつけ医とともに、お口から健康をキープ！

日本歯科医会 Pのキャラクター よ坊さん

統合失調症等家族教室のご案内

無料

～こころの病気とつき合いながら、自分らしく暮らす～

当事者から体験談をお聞きます。当事者の思いに耳を傾けてみませんか。是非、ご参加ください。

日時 6月10日(木)14:00～16:00

場所 区役所3階 集団検診室

対象 区内在住で「統合失調症等精神疾患と診断された方」の家族

内容 当事者の体験談

講師 ピアサポーター(当事者)

申込 事前に電話にて受付

問合 保健福祉課 3F33番 地域保健活動 6647-9968 6644-1937

なにわ健康アップ講座(全6回)参加者募集

無料

いつまでも元気でいたいと思いませんか？保健福祉センターでは、医師や各分野の専門家が元気の秘訣をお教えする講座を開講いたします。今から一緒に健康づくりをはじめませんか？皆さまの参加をお待ちしております。

日時 各回とも14:00～15:30

日程	内容	講師
7月9日(金)	やってみよう！座ってできる運動	健康運動指導士
7月16日(金)	生活習慣病予防とかしこい食事	医師・管理栄養士
7月30日(金)	お口の健康は長寿の秘訣	歯科衛生士
8月6日(金)	認知症を予防しよう	心理士
8月20日(金)	いつまでも美しい姿勢でいよう	理学療法士
8月27日(金)	続けよう！健康づくり	保健師

場所 区役所3階 集団検診室

対象 区内在住の方(4回以上受講可能な方、初めて本講座を受講される方優先)

準備 タオル、飲み物、動きやすい服装・靴

その他 定員15名(先着順)

申込 6月30日(水)までに区役所窓口・電話にて受付

※新型コロナウイルス感染症の影響により講座が中止となる場合があります。

問合 保健福祉課 3F33番 地域保健活動 6647-9968 6644-1937

