

大正区の健康寿命の延伸に 向けた取組について

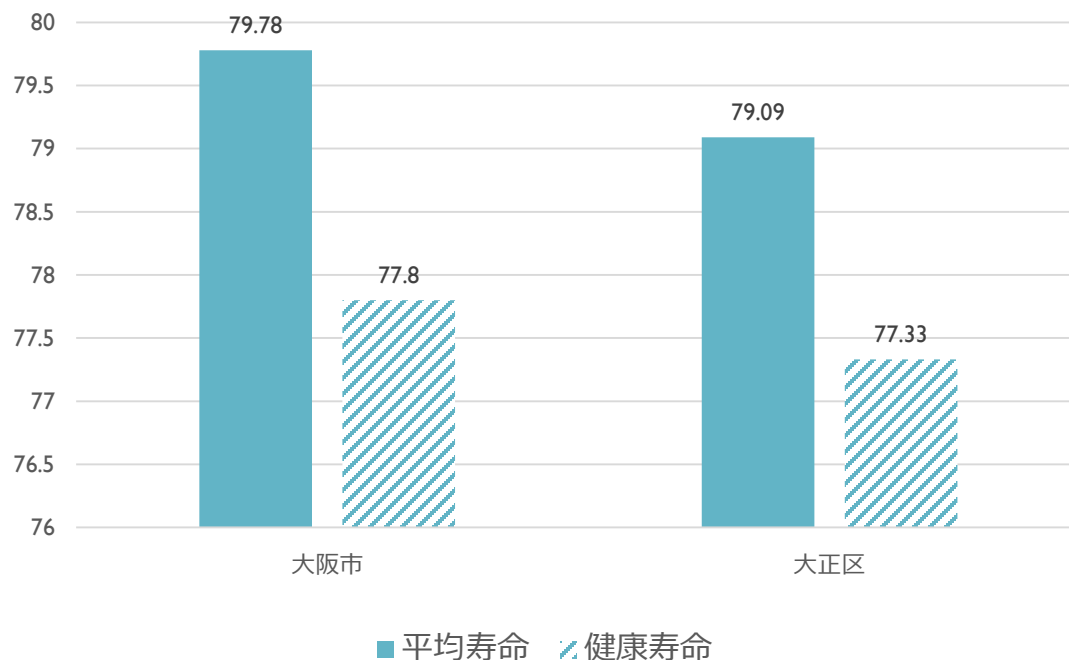
～現状とその取組について～

令和5年6月22日
大正区役所

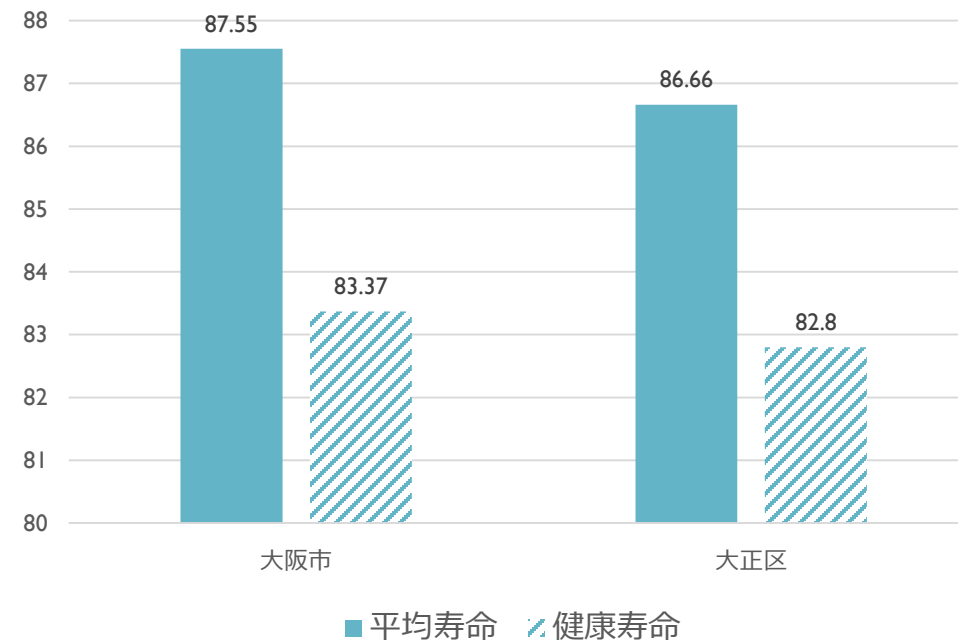


大正区民の健康状況 平均寿命と健康寿命

令和2年 平均寿命と健康寿命の比較（男性）



令和2年 平均寿命と健康寿命の比較（女性）

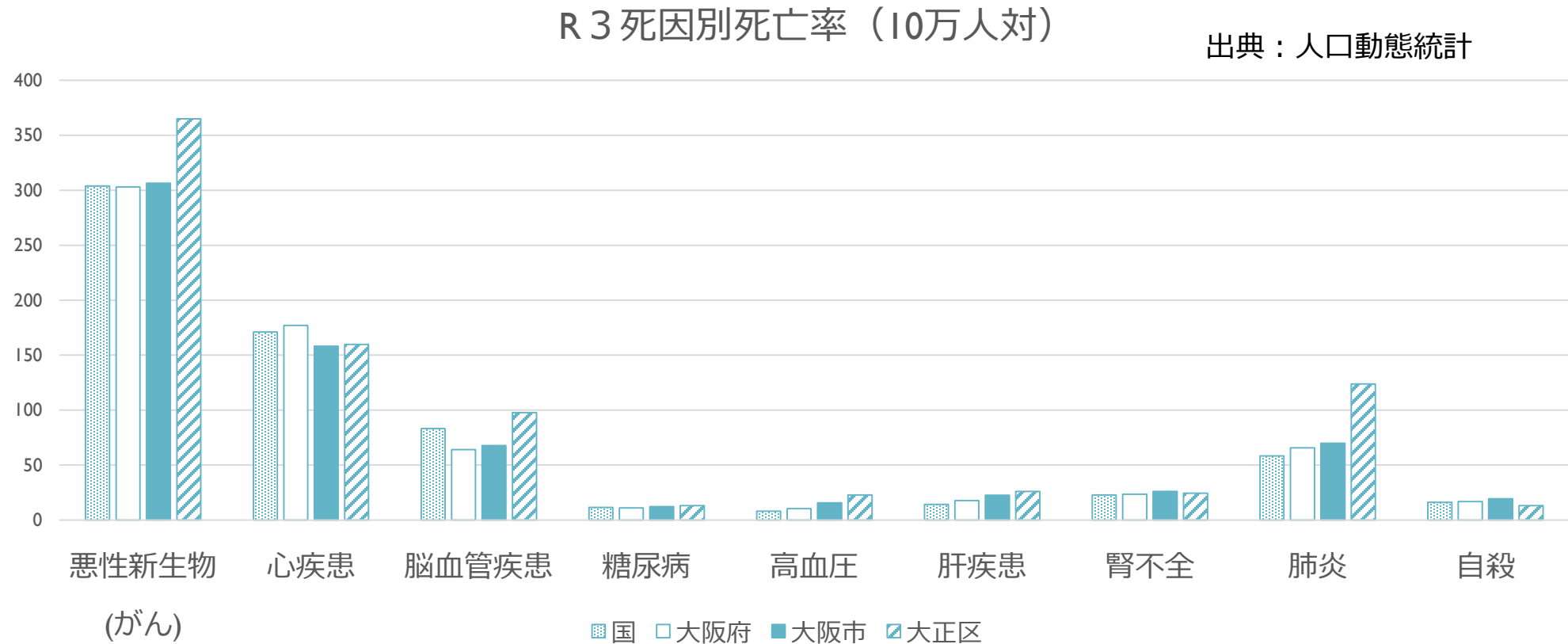


- 平均寿命、健康寿命共に大阪市と比べて低い。不健康な状態で過ごす期間が長くなる可能性が高い。

※健康寿命...日常生活動作が自立している期間の平均

使用データ：人口動態統計・大阪市福祉局介護保険被保険者数・認定者数

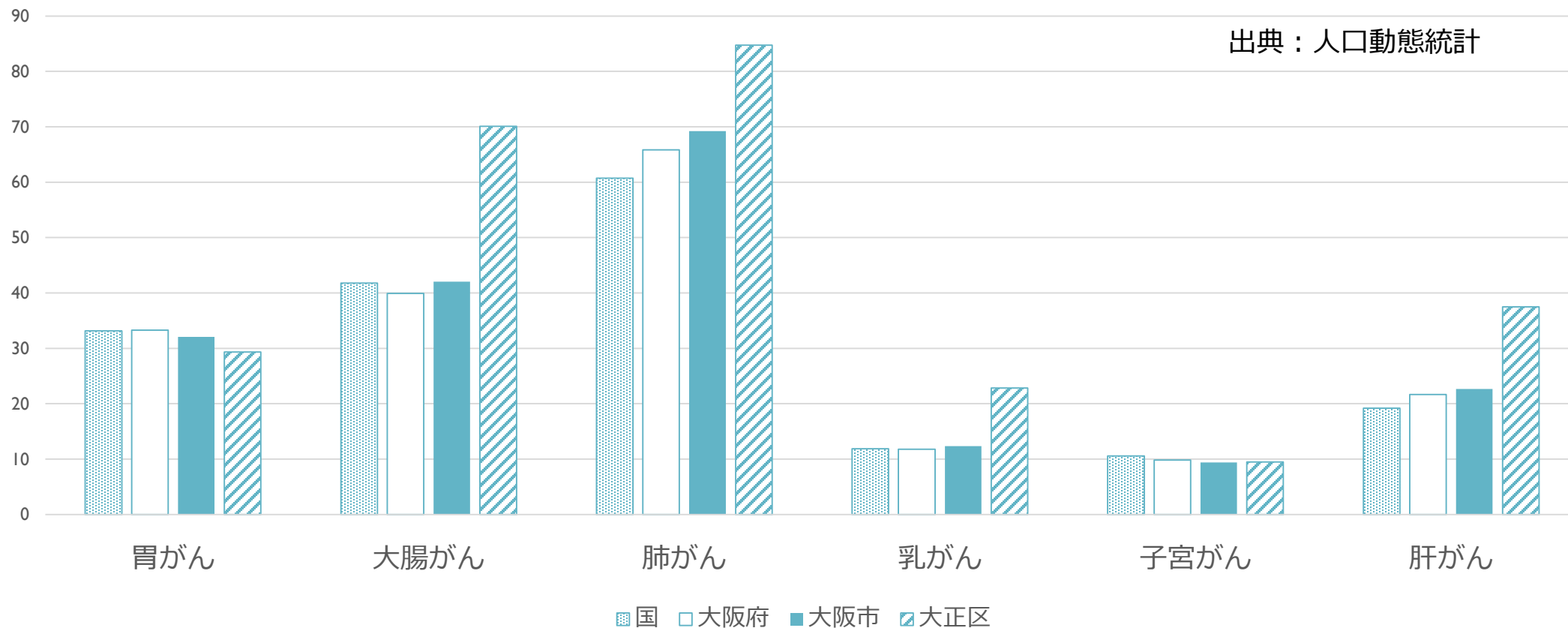
大正区民の健康状況 死因



- 死因第1位は悪性新生物（がん）であり、その死亡率は国、大阪市と比べて高い。

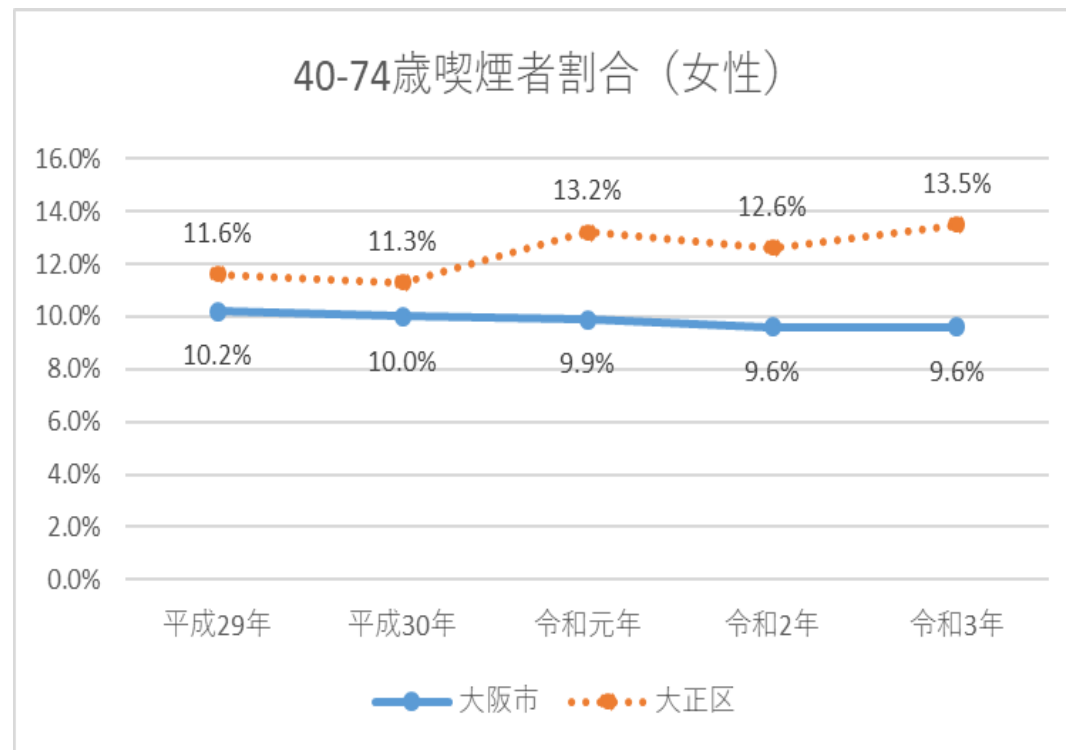
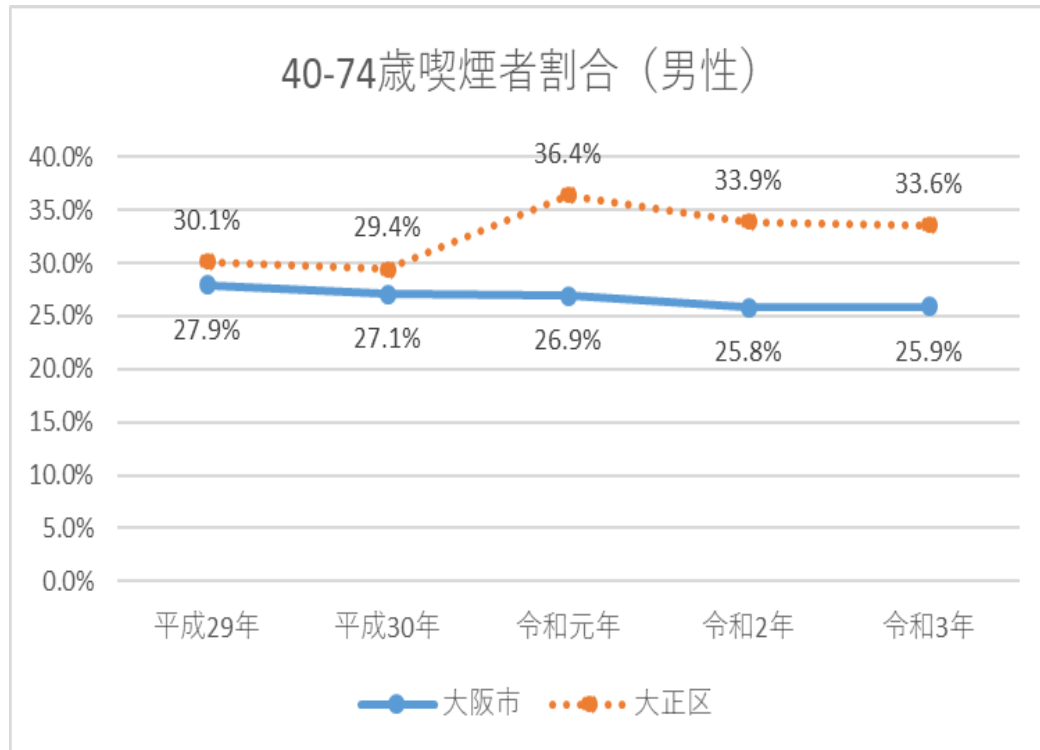
大正区民の健康状況 がん種別死亡率

R3年 がん種別死亡率（10万人対）



●大正区は、悪性新生物（がん）の中で、肺がん、大腸がん、肝がんの順で死亡率が高い。

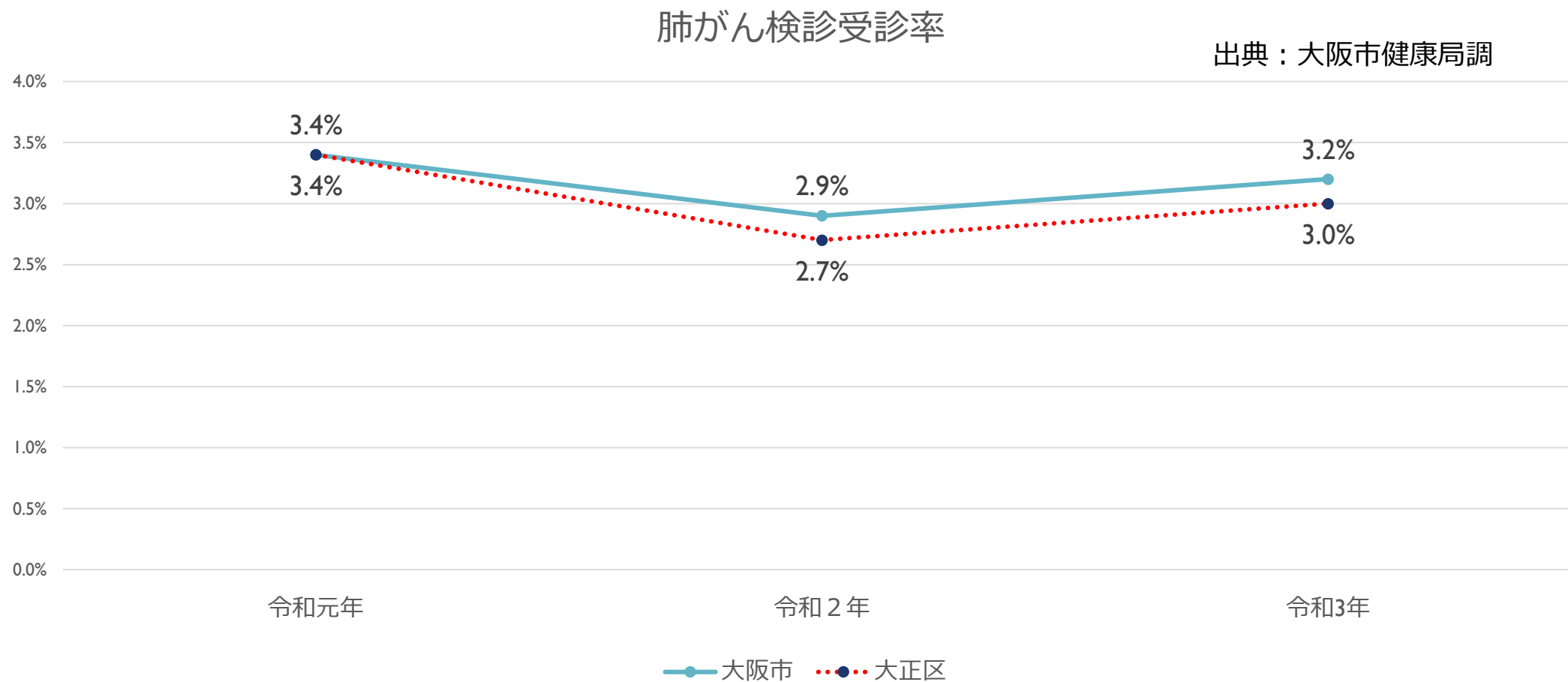
大正区民の健康状況 喫煙



●男女ともに喫煙率は大阪市と比べて常に高い。

出典：大阪市福祉局「大阪市国民健康保険特定健康診査法定報告用データ」から算出

肺がん検診受診率



※肺がん検診受診率 = 当該年度肺がん検診受診者数 ÷ 40歳以上の住民 × 100

大正区禁煙対策について

特定健診受診者（国保）の喫煙率

男性:33.6%
【大阪市で 1 位】

女性:13.5%
【大阪市で 3 位】
(令和 3 年度)

「国民健康保険特定健康診査受診者データ」

妊婦面接での喫煙率

妊娠前 26.6%
(大阪市12.4%)

妊娠後 9.6%
(大阪市2.3%)

パートナー 48.1%
(大阪市29.1%)

(令和3年度)
「妊婦面接時の聞き取りから集計」

健康寿命

男性 77.33歳
(大阪市 77.8歳)

女性 82.8歳
(大阪市 83.37歳)

(令和2年度)

「人口動態より」



- 大正区民の喫煙率は高い傾向がみられ、妊婦の喫煙率も高い。
- 死因別死亡率で一番高いのが悪性新生物（がん）であり、その中でも肺がんの死亡率が最も高い。

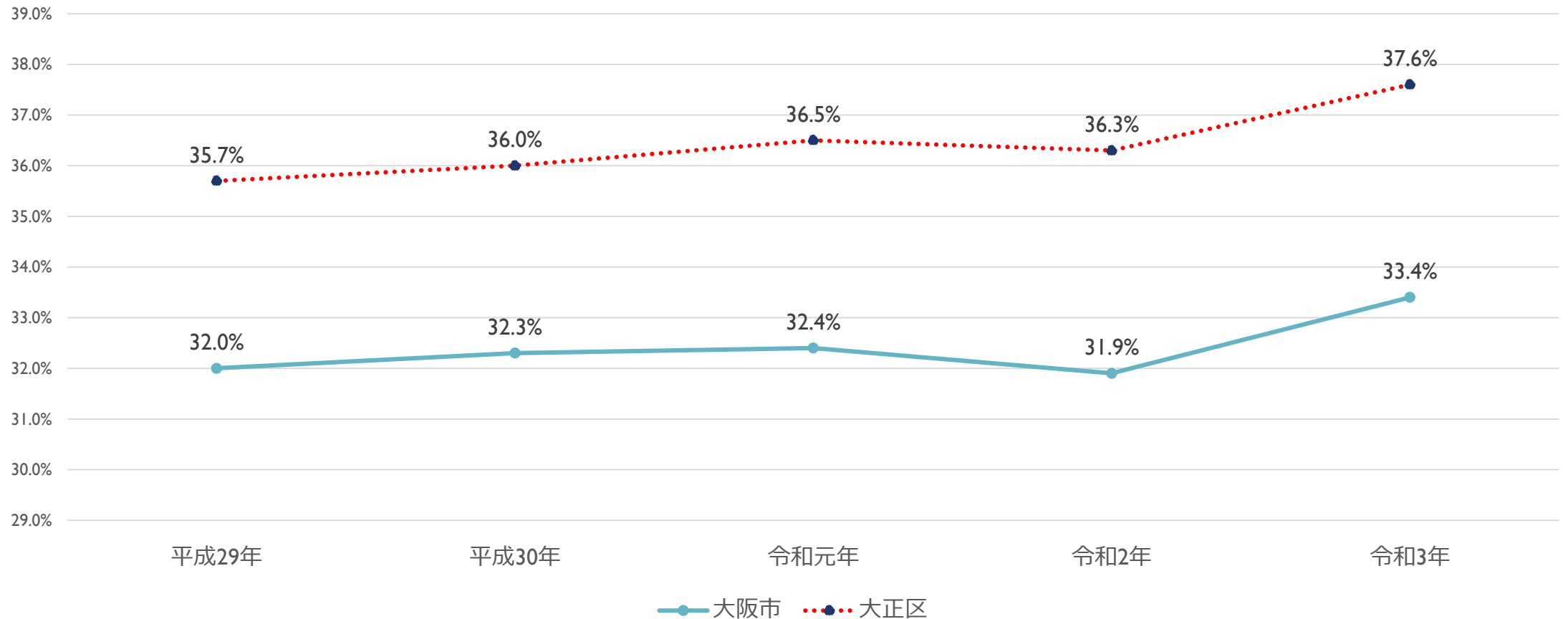
取り組み

- 禁煙、受動喫煙防止啓発（あらゆる機会に啓発。広報・SNS活用）
- 妊婦の禁煙啓発（母子手帳発行時に保健指導・両親教室時の啓発）
- 未成年者への禁煙啓発（保護司会と連携して小学生に啓発）

大正区民の健康状況 生活習慣病①

生活習慣病保有率

出典：大阪市国民健康保険データベース

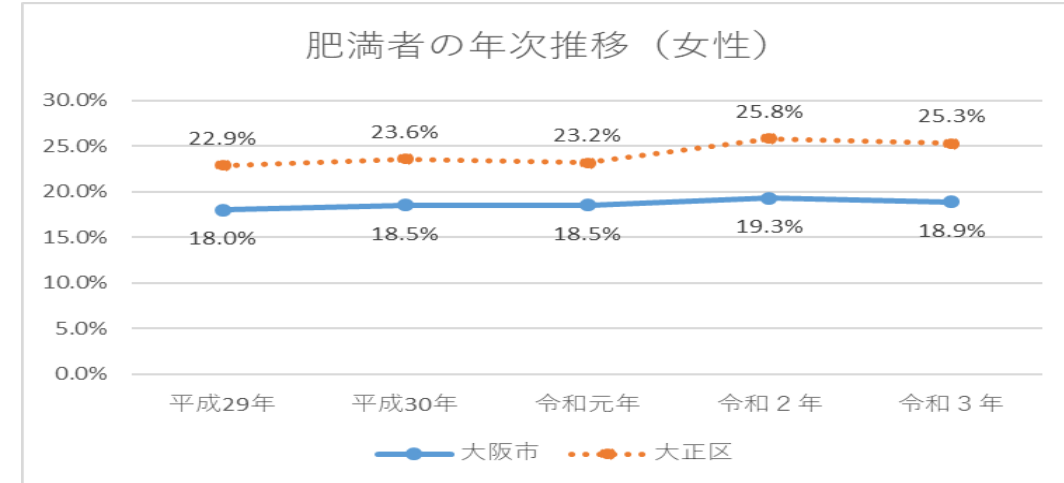
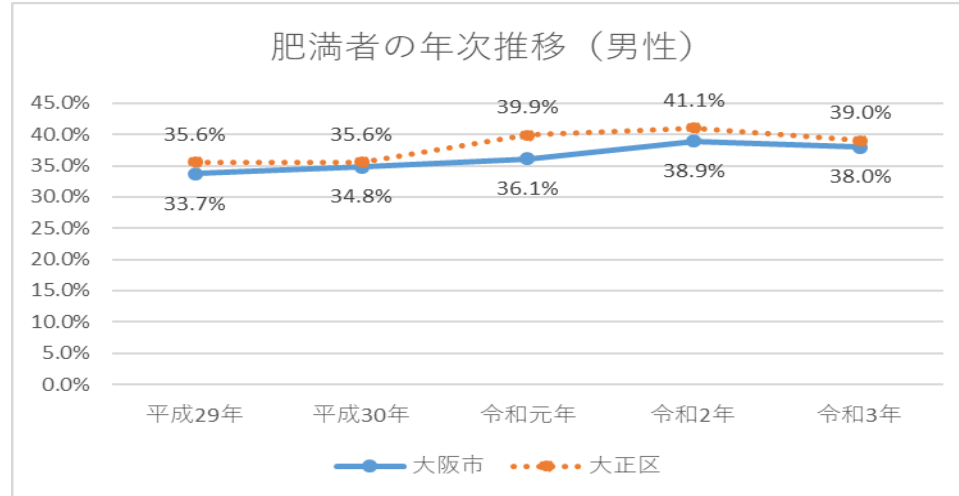


●生活習慣病保有率は、大阪市と比べて高い状況が続いている。生活習慣病の悪化は、要介護状態の原因疾患になる可能性があり、不健康な状態になるリスクが高くなる。

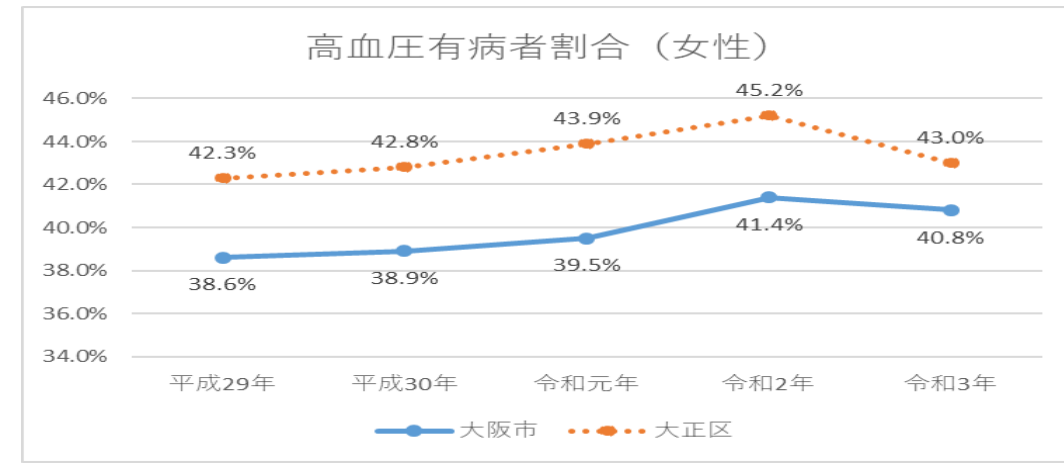
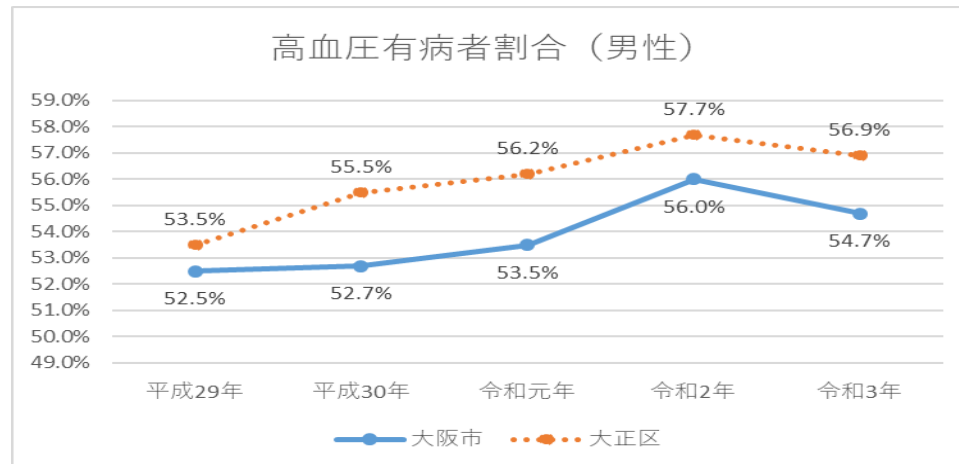
大正区民の健康状況

生活習慣病②

出典：大阪市福祉局「大阪市国民健康保険
特定健康診査法定報告用データ」から算出



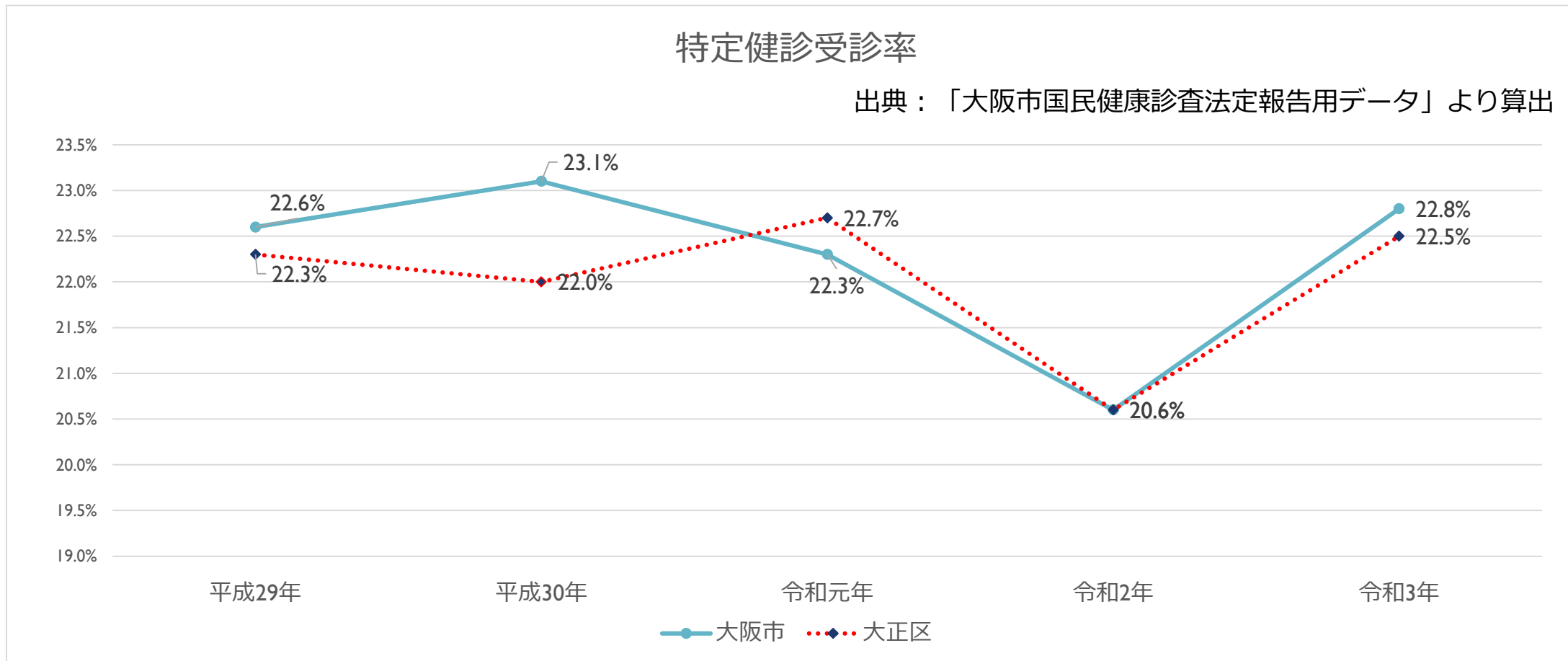
●男女共に大阪市に比べ、肥満者の割合が高い。女性の肥満者は、より高い状況で推移している。



●男女共に大阪市に比べ、高血圧有病率が高い。

大正区民の特定健診受診率

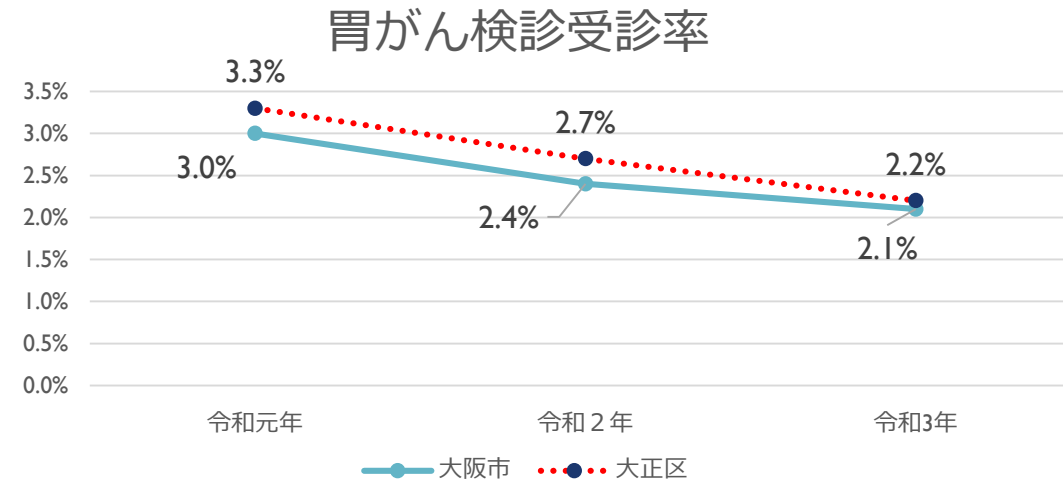
特定健診とはメタボリックシンドロームに着目した健康診査です。内臓脂肪の蓄積を把握することにより、糖尿病、高血圧症、脂質異常などの生活習慣病の予防を目的としています。



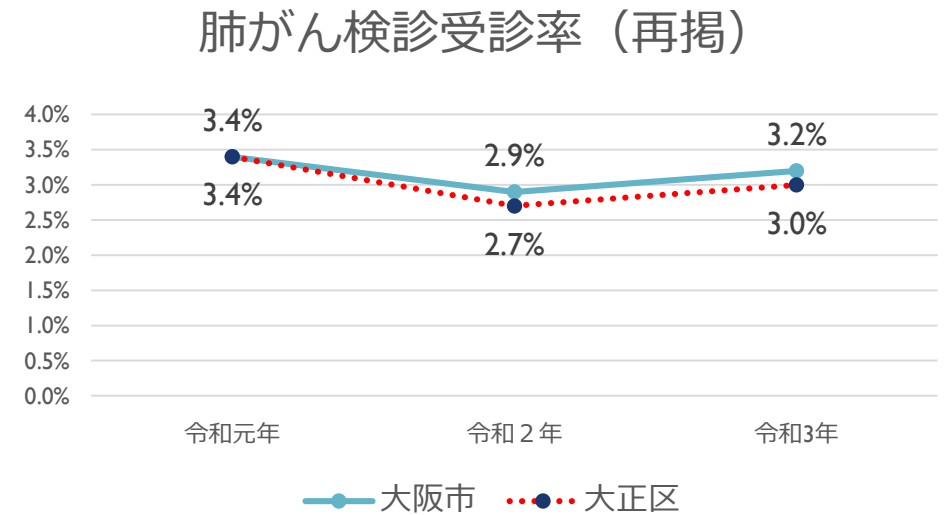
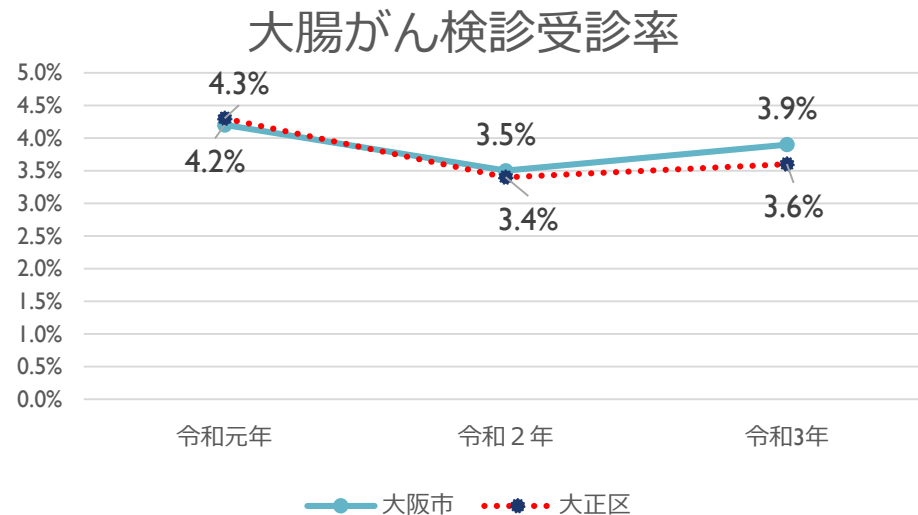
●特定健診受診率は、コロナウィルス感染症感染拡大により令和2年は低下したが、令和3年には、感染拡大前の状況にまで回復した。

大正区のがん検診受診率①

出典：大阪市健康局調



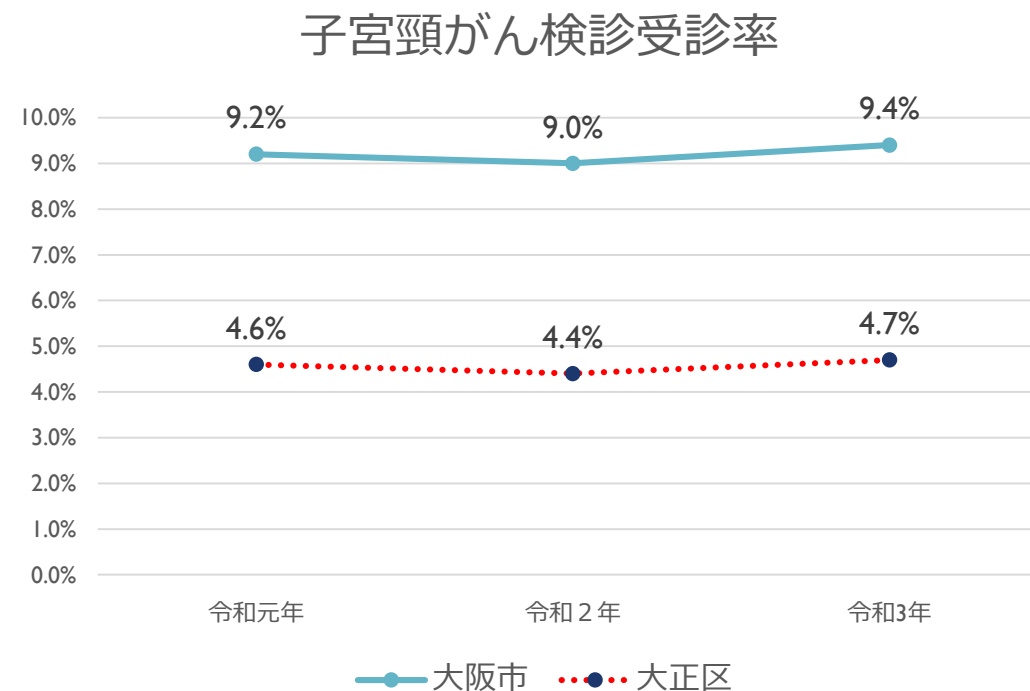
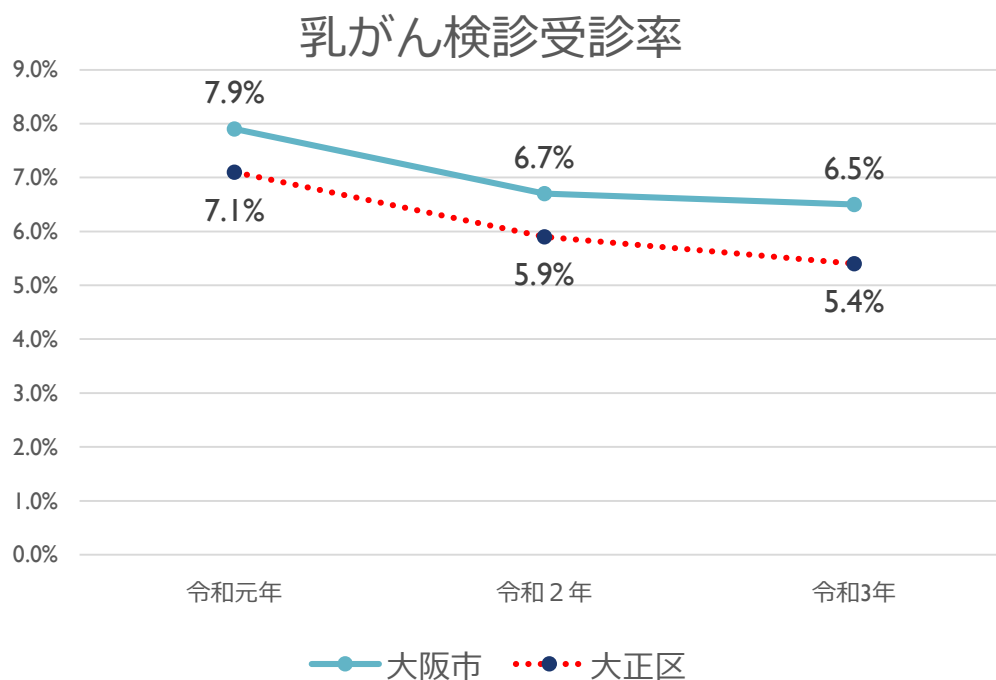
※胃がん受診率 = { (前年度受診者数) + (当該年度受診者数) - (2年連続受診者数) } ÷ 40歳以上の住民 × 100



※大腸・肺がん受診率 = 当該年度受診者数 ÷ 40歳以上の住民 × 100

大正区のがん検診受診率②

出典：大阪市健康局調



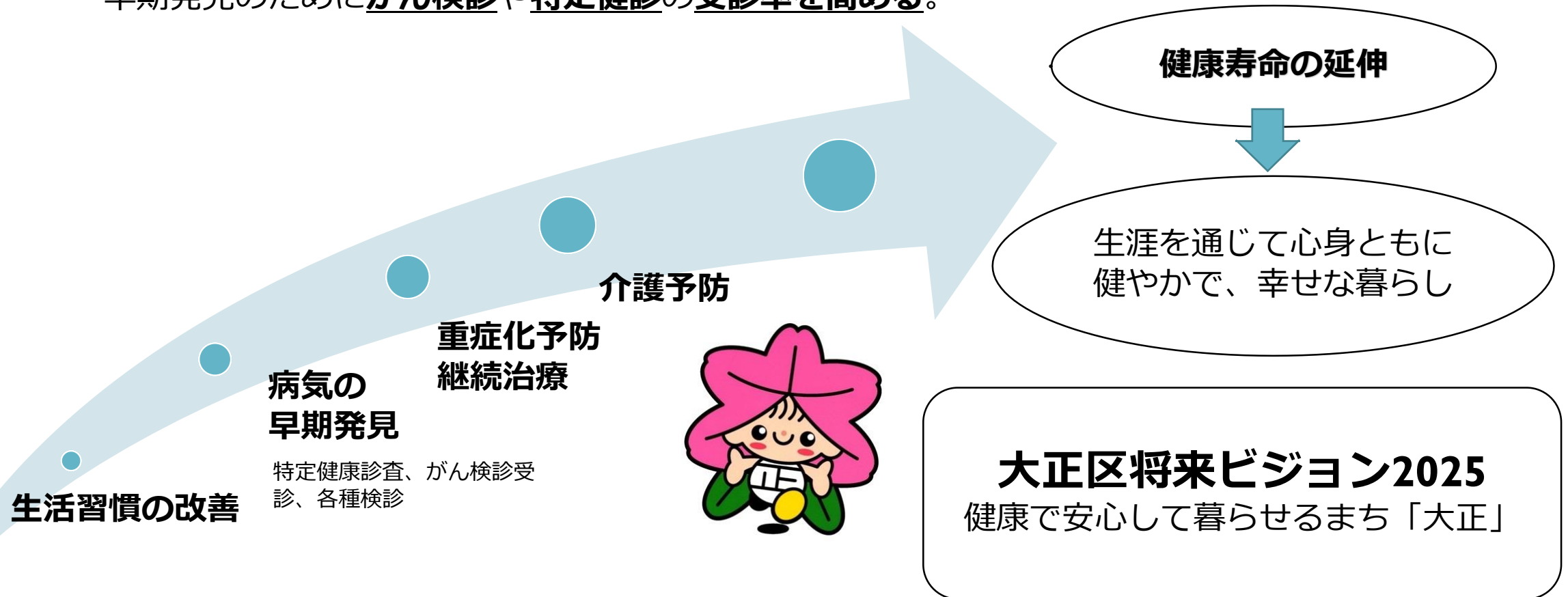
※乳がん受診率 = { (前年度マンモグラフィ受診者数) + (当該年度マンモグラフィ受診者数) - (前年当該年度2年連続マンモグラフィ受診者数) } ÷ 40歳以上の女性住民 × 100

※子宮頸がん受診率 = { (前年度受診者数) + (当該年度受診者数) - (前年当該年度2年連続受診者数) } ÷ 20歳以上の女性住民 × 100

健康寿命の延伸に向けて

●健康寿命を延伸するためには

- ・生活習慣病の発症予防、早期発見、早期治療が重要であり、区民の健康づくりと、生活習慣病予防や介護予防への取り組みが必要である。
- ・早期発見のためにがん検診や特定健診の受診率を高める。



大阪市の健康づくりの取組み（検診関係）

検診種別	対象・概要	実施形態
特定健康診査	40歳から74歳の国民健康保険加入者 後期高齢者医療保険加入者 問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査等	各区／医療機関
歯周病検診	40・45・50・55・60・65・70歳 問診、口腔内診査	歯科医療機関
肝炎ウイルス検診	20歳以上 ※特定感染症法の枠組みで実施 問診、B型肝炎ウイルス検査、C型肝炎ウイルス検査。 ※肝炎フォローアップについては、健康づくり課が担当	医療機関 ※保健指導（事後フォロー）は各区にて実施
健康診査・保健指導 （特定健康診査非 対象者等）	40歳以上で特定健康診査非対象者（生活保護世帯の者ま た中国残留邦人支援給付受給者） 問診、身体計測、理学的検査、血圧測定、血液科学検査、 肝機能検査、血糖検査、尿検査等	
骨粗しょう症検診	18歳以上 踵骨の超音波検査パルス透過法	各区
がん検診	別途一覧	各区／医療機関

大阪市がん検診実施状況（令和5年度）

	胃がん		大腸がん	肺がん	子宮頸がん	乳がん		前立腺がん
対象	50歳以上		40歳以上	40歳以上	20歳以上女性	40歳以上女性	30歳代女性	50・55 60・65・70歳 男性
内容	胃部Iックス線 今年度末まで 40歳代受診可	胃内視鏡	便潜血	胸部Iックス線 ※	頸部細胞診	マンモグラフィ	超音波	PSA検査 (採血)
検診 間隔	毎年	2年度に 1回	毎年	毎年	2年度に 1回	2年度に 1回	毎年	5年度 に1回
自己 負担	500円	1,500円	300円	無料※	400円	1,500円	1,000円	1,000円
実施 形態	医療機関		各区／医療機関		医療機関	各区／ 医療機関	医療機関	医療機関
	<u><集団検診について></u> ✓ 基本形態は大腸・肺がんは同時実施、年間234回／乳がん301回（骨粗検診同時285回） ✓ 総合がん検診として大腸・肺・乳がん検診の同時実施 80回 ✓ 市国保特定健診日程の9割はいずれかのがん検診等と同時実施 （特定健診単独実施は全275回のうち26回）							
委託 形態	集団：単年度契約（事後審査型制限付一般競争入札）大腸がん・肺がん・乳がん・骨粗しょう症 検診実施事業者							
	個別：大阪府医師会							
申込 方法	区および検診実施機関へ直接電話等による							

※肺がんハイリスク者は喀痰細胞診を併せ実施 自己負担400円

大阪市の健康づくりの取組

大阪市健康増進推進計画「すこやか大阪21（第2次後期）」

健康寿命の延伸と健康格差の縮小を全体目標とし、①生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底及びこころの健康づくり
②ライフステージに応じた生活習慣の改善③健康を支え守るための地域づくりの取り組みを推進している。

【大阪市健康局が実施する主な事業】

①大腸がん検診にかかるモデル事業

検査キットを自宅に郵送し、予約不要で受診できる。期間限定で特設会場（イオン・キューズモール等）で検体を受付している。

②子宮頸がん予防ワクチンと検診の周知

小学6年生～高校1年生相当の女子に対して個別通知を行う。若い世代に向けた啓発を実施している。

③動画・SNS等を活用した広報啓発の強化

④インセンティブを活用した健康意識の向上と実践支援

包括連携協定を締結している企業との連携により、スマートフォンアプリ「おおさか健活マイレージアスマイル」会員数増加にむけた動画を制作

⑤若年層の糖尿病ハイリスク者に向けた取り組み～すこやかママの健康チェック事業～

⑥やさいTABE店事業

市民が外食や中食で、自然に野菜をたくさん食べることができる環境づくりをすすめるため、飲食店等を対象とした登録制度を実施

大正区の主な健康づくりの取組

健康に関する啓発	●地域健康講座	生活習慣病の予防など健康に関する正しい知識の普及と行動変容に向けた健康講座を地域に出向いて実施する。 実績 R4...24回実施 受講者延538人
	●地域健康情報発信事業	地域の特色を反映させた健康教育媒体（リーフレット等）を作成し、広く区民に効果的に健康づくりの情報を発信する。
	●健康講座保健栄養コース	食生活を中心とした健康自主管理に関する知識等を習得した、食育推進のリーダーを養成する講座を実施する。
	●食育推進事業	地域での食育を効果的に推進するためのネットワークづくりや、とりわけ若い世代への食育講座を実施する。
	●区広報紙・ホームページ、ツイッター等で啓発（R5.5月～広報紙に健康コラムの掲載）	
	●各種会議、健康展、地域のイベント等 あらゆる機会での啓発	
保健指導	●高血圧・糖尿病重症化予防事業	特定健診等を受診し、血圧値、血糖値、腎機能に異常値の区民に対して、確実に医療機関につなげ、重症化を防ぐ保健指導を行う。

大正区の健康に関する啓発の取組例①

「捨てないで」
保存版
1年間保管してください

令和5年度 **がん検診・各種健診**のご案内

自分のため、ご家族のためにも、がん検診を受けましょう **【受診対象】** 大阪市民

一生のうちで約2人に1人が、がんにかかる可能性があります。また、約3人のうち1人が、がんで亡くなっています。現代社会において、がんは死因の第1位です。絶対にがんにならないという予防法はありません。そのために健康な時から定期的に検診を受けて、がんを早く見つけることが大切です。

Q 検査内容と料金（要予約） (医) … 医療機関 (保) … 保健福祉センター

検診名	対象年齢等	費用負担	検査内容	取扱場所
胃がん検診	40歳以上	500円	胃部エックス線検査 ● (医)	
	50歳以上	1,500円	胃内視鏡検査 ● (医)	
大腸がん検診	40歳以上	300円	免疫便潜血検査 (医)・(保)	
肺がん検診	40歳以上	無料	胸部エックス線検査 (医)・(保)	
	50歳以上のハイスケ者	400円	胸部エックス線検査 電たん検査 (医)	
子宮頸がん検診	20歳以上	400円	子宮頸部細胞検診 ▲ (医)	
乳がん検診	40歳以上女性	1,500円	マンモグラフィ検査 ▲ (医)・(保)	
	30歳以上女性	1,000円	超音波検査 (医)	
骨粗しょう症検診	18歳以上	無料	かかとの骨の超音波測定 (保)	
前立腺がん検診	50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の男性 (令和6年3月31日時点)	1,000円	PSA検査(血液検査) (医)	
肝炎ウイルス検査	①～③のいずれにも該当する方 ①20歳以上 ②過去に同様の検査を受けていない方 ③大阪府野生・フローアップ事業実施に同意する方	無料	HBs抗原検査 HCV抗体検査 (医)	

● 令和4年度中に自治体、加入保険や勤務先等で胃内視鏡検査を受診された方は、令和5年度はいずれの胃がん検診(胃部エックス線検査・胃内視鏡検査)も受診することはできません。また、同一年度中に、胸部エックス線検査及び胃内視鏡検査の両方を受診することはできません。 ▲ 前年度に受診した方は、対象外となります。

Q 保健福祉センター(大正区役所)で行う検診等日程

日程	受付時間	大腸がん	肺がん	乳がん(マンモグラフィ)	検診しう座	歯科健康相談	特定健診(※)
5月 13日(土)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
6月 16日(金)	13:30～14:30	○	○	○	○	○	●
7月 28日(日)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
8月 6日(木)	18:30～19:30	○	○	○	○	○	●
9月 28日(土)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
10月 18日(日)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
12月 12日(木)	13:30～14:30	○	○	○	○	○	●
12月 31日(火)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
1月 14日(木)	13:30～14:30	○	○	○	○	○	●
1月 11日(木)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
2月 28日(日)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●
2月 5日(月)	18:30～19:30	○	○	○	○	○	●
3月 6日(火)	9:30～10:30	○	○	○	○	○	●

(※) 特定健診の受付時間は、午前9:30～11:00(予約不要)

【特定健診・後期高齢者健康診査】
対象 40歳以上の大阪市民健康保険または大阪府後期高齢者医療加入者
【検査】 ● 診察 ● 身体計測 ● 血圧測定 ● 尿検査 ● 血液検査等受診
【受付時間】 4月下旬から受付される検診・健康保険証、個人票を持参して、取扱医療機関や保健福祉センターで受診してください。(取扱医療機関で受診する場合は予約が必要)

【結核健診】
結核は、早期発見・早期治療が大切です。
対象 15歳以上の市民の方
【場所】 大正区保健福祉センター(区役所3階)
【検査項目】 胸部エックス線撮影
【実施日時】 区ホームページでご確認ください。
● 着のまま撮影しますので、ボタンや金貨のある下着は避けてください。
● 精密検査が必要な方のみご連絡します。(約2週間以内)

【大阪市健康診査【要申込】】
対象 40歳以上の市民で、申込時および受診時に生活保護または中国残留邦人支援給付を受けられる方(社会保険加入者、入院中または介護施設等に入所の方は除く)
【検査項目】 ● 診察 ● 身体計測 ● 血圧測定 ● 尿検査 ● 血液検査 ● 血液検査等
【受付時間】 令和5年4月3日～令和6年2月15日まで、保健福祉センター窓口で「申込書兼同意書」を記入し、添付書類(生活保護証明書の原本、もしくは中国残留邦人本人確認証の写し)とともに提出してください。申込後、約2週間程度で「受診券」「個人票」と「医療機関名簿」をお送りしますので、医療機関に直接予約してください。

【歯科健康相談】
対象 大阪市民の方
内容 歯科医師による診察・指導、唾液唾液検査
(唾液からの虫歯の発生の有無を調べます)
【実施日時】 区ホームページでご確認ください。

【行政オンラインシステムからお申込みできます】
※ 予約された方には、受診日の1週間前までに郵送で通知します。

【区で実施するがん検診の予約状況は大阪市ホームページで見ることができます(月1回程度更新)】
予約状況は変動しますので、目安としてご利用ください。

● 特定健診・後期高齢者健康診査【無料】
対象 40歳以上の大阪市民健康保険または大阪府後期高齢者医療加入者
【検査】 ● 診察 ● 身体計測 ● 血圧測定 ● 尿検査 ● 血液検査等受診
【受付時間】 4月下旬から受付される検診・健康保険証、個人票を持参して、取扱医療機関や保健福祉センターで受診してください。(取扱医療機関で受診する場合は予約が必要)

● 結核健診【予約不要】
結核は、早期発見・早期治療が大切です。
対象 15歳以上の市民の方
【場所】 大正区保健福祉センター(区役所3階)
【検査項目】 胸部エックス線撮影
【実施日時】 区ホームページでご確認ください。
● 着のまま撮影しますので、ボタンや金貨のある下着は避けてください。
● 精密検査が必要な方のみご連絡します。(約2週間以内)

● 大阪市健康診査【要申込】
対象 40歳以上の市民で、申込時および受診時に生活保護または中国残留邦人支援給付を受けられる方(社会保険加入者、入院中または介護施設等に入所の方は除く)
【検査項目】 ● 診察 ● 身体計測 ● 血圧測定 ● 尿検査 ● 血液検査 ● 血液検査等
【受付時間】 令和5年4月3日～令和6年2月15日まで、保健福祉センター窓口で「申込書兼同意書」を記入し、添付書類(生活保護証明書の原本、もしくは中国残留邦人本人確認証の写し)とともに提出してください。申込後、約2週間程度で「受診券」「個人票」と「医療機関名簿」をお送りしますので、医療機関に直接予約してください。

● 歯科健康相談【予約不要】
対象 大阪市民の方
内容 歯科医師による診察・指導、唾液唾液検査
(唾液からの虫歯の発生の有無を調べます)
【実施日時】 区ホームページでご確認ください。

Q 特定健診・各種がん検診等 取扱医療機関一覧 ※受診を希望される場合は、必ず事前に取扱医療機関へお問い合わせください。(令和5年1月現在) 大正区

特定健診・各種がん検診等	医療機関名	住所	予約用電話番号
特定健診	横山医院	三軒家西2-16-24	☎6555-2661
特定健診	足立医院	三軒家西3-6-3	☎6555-5276
特定健診	(医) 秀盛会 さくらクリニック	三軒家西2-13-15	☎6556-1515
特定健診	(医) 邦明会 榎園クリニック	三軒家西2-18-5 2階	☎6556-1170
特定健診	(医) 彰泰会 大正病院	三軒家東5-5-16	☎6552-0621
特定健診	(医) 考徳会 五味クリニック	三軒家東1-19-3 1階	☎4394-3800
特定健診	加納しず子クリニック	三軒家東1-16-39	☎6556-1577
特定健診	大正病院附属産婦人科クリニック	三軒家東4-6-8	☎6551-1103
特定健診	結核健診	千島1-13-23	☎6551-6100
特定健診	大阪きづな医療福祉生活協同組合たいしょう生協診療所	千島1-20-12	☎6554-1197
特定健診	よし内科クリニック	千島2-4-4 1階	☎6556-6631
特定健診	(医) 西平診療所	千島3-4-21	☎6553-1166
特定健診	(医) しまもとクリニック	千島3-11-4	☎6555-8655
特定健診	(医) 青山会 山北内科クリニック	千島4-23-13	☎6553-0770
特定健診	(医) 良心会 西村外科	平尾4-22-15	☎6552-2288
特定健診	小正医院	平尾3-16-15	☎6551-3417
特定健診	(医) ノーノ医院	平尾4-22-13	☎6551-0286
特定健診	ひらいて内科	平尾3-14-6	☎6537-9898
特定健診	(医) 愛徳会 石村整形外科	小林西2-2-5	☎6555-4455
特定健診	船井医院	南恵加島6-5-2	☎6551-4567
特定健診	(医) 健人会 弘田医院	鶴町3-9-5	☎6552-1345
特定健診	(医) 清南会 金城外科脳神経外科	鶴町1-4-6	☎6555-0161
特定健診	(医) 吉祥会 藤吉医院	泉原4-17-12 1階	☎6552-0810
特定健診	辻田診療所	泉原1-8-16	☎6551-0041
特定健診	マツオ整形外科	泉原3-4-12	☎6551-7800
特定健診	(医) 北村診療所	泉原3-3-22	☎6551-2250
特定健診	本山診療所	泉原1-2-19	☎6551-3812
特定健診	(医) 伊伊会 中山診療所	泉原3-13-5	☎6552-9400
特定健診	鈴木医院	泉原1-30-1	☎6551-1146
特定健診	(医) 明友会 安井整形外科クリニック	泉原3-11-24 1階	☎6551-1181
特定健診	(社) 恵陽財団 大阪府済生会泉原病院	北村3-4-5	☎6559-6111
特定健診	(医) 光風会 江口医院	北村1-1-1	☎6552-5156
特定健診	笠井医院	北村2-5-10	☎4394-7026
特定健診	(医) 謙和会 ほんしょう内科クリニック	北村1-17-7	☎6551-3168

Q 歯周病検診・後期高齢者医療歯科健診 取扱医療機関一覧 ※受診を希望される場合は、必ず事前に取扱医療機関へお問い合わせください。(令和5年1月現在) 大正区

歯周病検診・後期高齢者医療歯科健診	医療機関名	住所	予約用電話番号
歯周病検診	とば歯科	三軒家西1-2-7 2階	☎6552-1780
歯周病検診	西平歯科医院	三軒家西1-25-5	☎6551-3500
歯周病検診	(医) ココロとみや歯科診療所	三軒家西2-18-5 3階	☎6556-1038
歯周病検診	わじま歯科	三軒家東2-10-15 2階	☎6556-1120
歯周病検診	あさの歯科医院	三軒家東2-3-24	☎6551-2114
歯周病検診	いなだ歯科クリニック	三軒家東4-5-12 2階	☎6551-9512
歯周病検診	(医) 彰泰会 大正病院	三軒家東5-5-16	☎6552-0621
歯周病検診	甲田歯科医院	千島3-4-7 2階	☎6553-0009
歯周病検診	若本歯科医院	千島3-11-13 3階	☎6555-8067
歯周病検診	(医) 中山歯科	千島2-4-2-121	☎6553-0028
歯周病検診	おがざわ歯科クリニック	千島2-3-12	☎6553-6474
歯周病検診	(医) 研成会 杉井歯科	千島1-18-11	☎6551-7300
歯周病検診	大阪きづな医療福祉生活協同組合たいしょう生協診療所	千島1-20-12	☎6554-8841
歯周病検診	大塚歯科医院	平尾2-23-17 1階	☎6554-5120
歯周病検診	マキシ歯科医院	平尾5-14-17	☎6552-7391
後期高齢者医療歯科健診	渡邊歯科診療所	平尾4-8-11	☎6551-2522
後期高齢者医療歯科健診	奥間歯科医院	平尾5-5-22	☎6553-1132
後期高齢者医療歯科健診	河野歯科	小林西2-2-8	☎6551-4445
後期高齢者医療歯科健診	京極歯科	鶴町3-13-10	☎6552-8049
後期高齢者医療歯科健診	西村歯科医院	鶴町4-9-8-202	☎6552-1315
後期高齢者医療歯科健診	西崎歯科医院	鶴町2-2-6	☎6554-8241
後期高齢者医療歯科健診	弘田歯科医院	鶴町3-9-5	☎6555-8844
後期高齢者医療歯科健診	和泉歯科医院	泉原3-13-5	☎6552-3489
後期高齢者医療歯科健診	坂本厚歯科クリニック	泉原4-3-6	☎6551-3182
後期高齢者医療歯科健診	谷田歯科医院	泉原1-8-1	☎6551-8677
後期高齢者医療歯科健診	(医) 相馬会 吉田歯科診療所	泉原1-5-17	☎6551-1713
後期高齢者医療歯科健診	中村歯科医院	泉原3-3-25	☎6551-2745
後期高齢者医療歯科健診	(医) 栄知会 小野歯科医院	泉原1-5-8	☎6551-2562
後期高齢者医療歯科健診	中山歯科医院	泉原3-13-5 2階	☎6555-9131
後期高齢者医療歯科健診	島田歯科医院	泉原4-2-10 1階	☎6554-2830
後期高齢者医療歯科健診	おおま歯科医院	泉原4-17-12-101	☎6555-6882

歯の健康のために定期的に受診しましょう

● 歯周病検診【要予約】
対象 昭和28年・33年・38年・43年・48年・53年・58年生まれの大阪市民(勤務先等で同程度の検診を受けられる方及び歯周病の治療で通院の方は除く)
【受付時間】 月曜日から土曜日の午前9時から午後5時(土曜日の午後5時以降は除く)
【料金】 500円(※)
※ 生活保護世帯に属する方は生活保護証明書の提出、市民税非課税世帯の方は世帯全員の市民税非課税証明書の提出により無料で受診できます。
※ 大正区保健福祉センター 保健福祉課(健康づくり)3階30番 ☎4394-9882 FAX 6554-7153

● 後期高齢者医療歯科健診【要予約】
対象 大阪府後期高齢者医療広域連合の被保険者の大阪市民(6か月以上入院している方、特別養護老人ホーム等の施設に入所している方は除く)
【受付時間】 月曜日から土曜日の午前9時から午後5時(土曜日の午後5時以降は除く)
【料金】 500円(※)
※ 生活保護世帯に属する方は生活保護証明書の提出、市民税非課税世帯の方は世帯全員の市民税非課税証明書の提出により無料で受診できます。
※ 大正区保健福祉センター 保健福祉課(健康づくり)3階30番 ☎4394-9882 FAX 6554-7153

● 後期高齢者医療歯科健診【要予約】
対象 大阪府後期高齢者医療広域連合の被保険者の大阪市民(6か月以上入院している方、特別養護老人ホーム等の施設に入所している方は除く)
【受付時間】 月曜日から土曜日の午前9時から午後5時(土曜日の午後5時以降は除く)
【料金】 500円(※)
※ 生活保護世帯に属する方は生活保護証明書の提出、市民税非課税世帯の方は世帯全員の市民税非課税証明書の提出により無料で受診できます。
※ 大正区保健福祉センター 保健福祉課(健康づくり)3階30番 ☎4394-9882 FAX 6554-7153

● 歯周病検診・後期高齢者医療歯科健診・特定健診・大阪市健康診査・結核健診等の内容に関することは
大正区保健福祉センター 保健福祉課(健康づくり)3階30番 ☎4394-9882

● 後期高齢者医療歯科健診・後期高齢者医療歯科健診の内容に関することは
大阪府後期高齢者医療広域連合 給付課 ☎4790-2031

こんにちは大正
3月号より

大正区の健康に関する啓発の取組例②

大正区民の皆さん！元気にうちに、特定健診を受けましょう！

特定健診とは メタボリックシンドロームに着目した健康診査です。内臓脂肪の蓄積を把握することにより、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病の予防を目的としています。

元気にうちに受けたほうが良い理由

- 1 病気が早期に発見できる**
初期の生活習慣病は自覚症状がないことが多く、気付かないうちに進行することも。特定健診は、病気の進行を早期に発見する絶好の機会です。
- 2 生活習慣の改善がめざせる**
特定健診の結果によっては、生活習慣の改善に向けて専門家からのサポート(特定保健指導)を受けることができます。
- 3 医療費が削減できる**
健康状態を維持し、生活習慣病を防ぐことで、医療費の削減にもつながります。

ご自身の健康管理のため、毎年1回は受診しましょう！

自己負担金 0円！

受診方法 取扱医療機関で受診(要事前予約)
区保健福祉センターで受診(予約不要)
※区保健福祉センターで実施する直近の日は5面を参照

対象 大阪市国民健康保険にご加入の、40歳から74歳までの方

※受診は年度中1回 ※今年度中に40歳になる方を含む
※今年度中に75歳の誕生日を迎える方は、誕生日の前日までに受診

問合せ 健康づくり 3階30番 ☎ 4394-9882

詳しくは大阪市ホームページから



区保健福祉センターで実施する各種検診・予防接種等					区保健福祉センターで実施する各種検診・予防接種等(要予約の検診等は定員になり次第締め切ります。詳しくは担当までお問い合わせください。)				
種別	対象	とき	費用	内容	種別	対象	とき	費用	内容
特定健康診査	※取扱医療機関でも受診できます。 ・40歳～74歳の国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療保険加入者	5月13日(土) 9:30～11:00	無料	生活習慣病に関する血液・尿の検査、血圧測定、医師による診察等 必ず、健康保険証と受診券をお持ちください	特定健康診査	※取扱医療機関でも受診できます。 ・40歳～74歳の国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療保険加入者	5月13日(土) 9:30～11:00	無料	生活習慣病に関する血液・尿の検査、血圧測定、医師による診察等 必ず、健康保険証と受診券をお持ちください
結核検診	※保健福祉センターのみ受診できます 15歳以上の大阪市民の方 (妊娠中及び妊娠の可能性のある方はご遠慮ください)	5月12日(金)・6月12日(月) 10:00～11:00	無料	胸部エックス線撮影	結核検診	※保健福祉センターのみ受診できます 15歳以上の大阪市民の方 (妊娠中及び妊娠の可能性のある方はご遠慮ください)	5月12日(金)・6月12日(月) 10:00～11:00	無料	胸部エックス線撮影
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)※	※取扱医療機関でも受診できます 40歳以上の女性(受診は2年に1回)	5月13日(土)9:30～10:30 6月16日(金)13:30～14:30	1,500円	乳房のエックス線撮影(検診は実施しません) ※取扱医療機関では検診を併用する場合もあります。	乳がん検診 (マンモグラフィ検査)※	※取扱医療機関でも受診できます 40歳以上の女性(受診は2年に1回)	5月13日(土)9:30～10:30 6月16日(金)13:30～14:30	1,500円	乳房のエックス線撮影(検診は実施しません) ※取扱医療機関では検診を併用する場合もあります。
骨粗しょう症検診 (骨量検査)※	※保健福祉センターのみ受診できます 18歳以上の方	5月13日(土)9:30～10:30 6月16日(金)13:30～14:30	無料	超音波でかかとの骨の骨量を測定 (受診特典) 特定保健用食品を配付	骨粗しょう症検診 (骨量検査)※	※保健福祉センターのみ受診できます 18歳以上の方	5月13日(土)9:30～10:30 6月16日(金)13:30～14:30	無料	超音波でかかとの骨の骨量を測定 (受診特典) 特定保健用食品を配付
大腸がん検診※	※取扱医療機関でも受診できます 40歳以上の方	5月13日(土)9:30～10:30	300円	免疫便潜血検査(2日法)	大腸がん検診※	※取扱医療機関でも受診できます 40歳以上の方	5月13日(土)9:30～10:30	300円	免疫便潜血検査(2日法)
肺がん検診※	※取扱医療機関でも受診できます 40歳以上の方	5月13日(土)9:30～10:30	無料 400円	胸部エックス線検査※ かく痰検査 ※50歳以上で喫煙指数(1日に喫煙本数×喫煙年数)600以上の方	肺がん検診※	※取扱医療機関でも受診できます 40歳以上の方	5月13日(土)9:30～10:30	無料 400円	胸部エックス線検査※ かく痰検査 ※50歳以上で喫煙指数(1日に喫煙本数×喫煙年数)600以上の方
歯科健康相談	大阪市民の方	6月16日(金) 13:30～14:30	無料	歯科医師による助言・指導、唾液潜血検査	歯科健康相談	大阪市民の方	6月16日(金) 13:30～14:30	無料	歯科医師による助言・指導、唾液潜血検査
離乳食講習会	6～7か月児とその保護者	5月18日(木)・6月15日(木) 14:00～15:30	無料	離乳食のすすめ方について	離乳食講習会	6～7か月児とその保護者	5月18日(木)・6月15日(木) 14:00～15:30	無料	離乳食のすすめ方について

※大阪市に住民登録のない方、勤務先等で同程度の検診を受診できる方は対象となりません。

※大阪市行政オンラインシステムでも受付しています。
(申込には利用者登録が必要です)

問合せ 健康づくり 3階30番 ☎ 4394-9882





毎年5月31日は「世界禁煙デー」
～「禁煙成功」体験談～

保健師コラム

健康や家族や節約などきっかけは様々ですが、禁煙によりみなさん生活に「良いこと」があったようです。

その他、禁煙をすると「がんやその他さまざまな病気にかかるリスクが下がる」、「口臭等の臭いの改善」、「体力がつく」、「たばこ代を他のことに使える」などのメリットがあります。

【たばこの害について】

喫煙は、がん、呼吸器疾患、歯周病、糖尿病などさまざまな生活習慣病を引き起こす要因となります。また、たばこは喫煙者だけではなく周囲の人にも影響を及ぼします。特に、こどもが受動喫煙してしまうと、ぜんそくや気管支炎などにかかる確率が高まります。

たばこの三大有害物質

- ① **ニコチン**：依存症になる作用があります
- ② **タール**：発がん性物質が含まれています
- ③ **一酸化炭素**：血液中の酸素不足を引き起こします

喫煙は百害あって一利なしです！
あなたも禁煙にチャレンジしてみませんか？

なぜ禁煙しようと思いましたか？

女性 (50歳代) ツージ
子どもの頃から喘息があり、風邪を引く度に咳がひどくて、それを改善したいと思ったからです。

女性 (40歳代) ツージ
娘が2歳の頃に喘息になったことで決意しました。さらにたばこの値上げや職場での分煙が始まったことも後押しになりました。

男性 (30歳代) ツージ
節約のためです！

禁煙して良かったことはありますか？

女性 (50歳代) ツージ
食事を美味しく食べられるようになりました。あとは、肌荒れが改善したことです。

女性 (40歳代) ツージ
最初の数週間を乗り切ると辛さも減ってきて、「禁煙できた」と自己肯定感が高まりました。禁煙カレンダーはモチベーションを保つのに役立ちました。

男性 (30歳代) ツージ
禁煙をすることで、節約になり他のことにお金を使えるようになりました。

大阪市ホームページ：「たばこ」をやめたい方へ

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 4394-9968




こんにちは大正5月号より

大正・港・西淀川ものづくり事業実行委員会による医工連携事業

区役所が参画する大正・港・西淀川ものづくり事業実行委員会がこれまで培ってきた独自のネットワークを活用し、地域課題の解決に向け新たな産業の創出をめざす事業です。

複数のものづくり企業等で構成された「りびんぐラボ大正・港」を起点に、地域医療機関や地域福祉機関などと連携し、ものづくりで医療現場にある課題だけでなく、地域課題の解決も図ります。

【大阪府済生会泉尾病院（大正区）との連携】

新型コロナウイルス感染症拡大防止用品「飛沫感染防止カバーフレーム」、「フェイスシールド」、「飛散防止テント」、「簡易防護服」、「ECMO（エクモ）搬送用架台」等、対応品を連携開発。

令和4年12月8日（木）大正区老人福祉センターにおいて副院長江口典孝氏による「大正区の死因第3位である誤嚥性肺炎について」講演

【呼吸筋力の測定】

兵庫医科大学リハビリテーション学部の玉木研究室と株式会社木幡計器製作所との共同研究に、実行委員会として協力。

呼吸筋力とは息を吸ったり吐いたりする力のことで、握力や脚力と同じように年代別の基準があります。大正区と神戸市で日本人における年代別の呼吸筋力基準値と基準範囲の再リファレンス化を図ります。

具体的には、大正区のUR千島団地内にある、「ちしまメディカルパーク」や「大正区老人福祉センター」「大正産業会館」で呼吸筋力測定を実施しました。

令和5年3月31日現在、大正区で945名、神戸市を合わせると1200名ほどの方にご協力をいただきました。

【大正ほけんしつ】

更年期女性を対象とした骨盤底筋体操の普及と、デバイス開発を行うスタートアップ企業である株式会社ジョコネ。と、ちしまメディカルパークを運営する阪神調剤薬局が連携して区民を対象とした健康イベント（セミナーや体験コーナーなど）を開催。また、ものづくりフェスタ2022で「腸活体操」を中心とした健康セミナーを開催しました。