

長引く咳…
“結核”かも!?

健康
コラム



健康に関するご相談は、保健師にお気軽にご相談ください

結核は昔の病気だと思いませんか？実はそうではありません。大阪市では、1日に約2人が新たに結核患者となっています。大正区では、令和5年の1年間で20人の方が結核患者になっており、その半数以上を高齢者が占めています。

■ 結核の症状：初期症状は風邪とよく似ています。

☑咳が2週間つづく ☑痰が出る ☑急に体重が減る ☑身体がだるい

特に高齢の方は症状がわかりにくい場合もありますので、このような症状があれば早めにかかりつけ医師に相談しましょう。

■ 結核を予防するためのポイント

☑適度な運動 ☑十分な睡眠 ☑バランスの良い食事 ☑タバコを吸わない ☑定期健診

抵抗力の弱い赤ちゃんは、予防にはBCG接種が有効です。1歳のお誕生日前日（※標準的な接種期間は生後5か月から8か月に至るまで）までに接種をしましょう。

毎年9月24日～9月30日は「結核予防週間」です。結核の早期発見・早期治療のために年1回は胸部エックス線検査を受けましょう！大正区役所では、毎月1回結核健診（無料・予約不要）を行っています。詳しくは「区保健福祉センター」で実施する各種検診をご覧ください。

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 06-4394-9968

区保健福祉センターで実施する各種検診・教室等

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 類	対 象	日 時	費 用	内 容 等
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	9月28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、被保険者証と受診券をお持ちください。
結核健診※	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。）	8月27日(火)・9月5日(木) 10:00～11:00	無料	胸部エックス線検査
大腸がん検診※★ 要申込 取扱医療機関でも受診できます	40歳以上の方	8月29日(木) 13:30～14:30 9月28日(土) 9:30～10:30	300円	免疫便潜血検査(2日法)
肺がん検診※★ 要予約 取扱医療機関でも受診できます	40歳以上の方	9月28日(土) 9:30～10:30	無料 400円	胸部エックス線検査 かく痰検査 但し、50歳以上で喫煙指数(1日に吸う本数×喫煙年数)600以上の方
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)※★ 要予約 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)	8月29日(木) 13:30～14:30 9月28日(土) 9:30～10:30	1,500円	乳房のエックス線検査(視触診はありません。) 但し、取扱医療機関では視触診を併用する場合があります。
骨粗しょう症検診 (骨量検査)※★ 要予約	18歳以上の方		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
離乳食講習会★ 要予約	6～7か月児とその保護者	8月8日(木)・9月19日(木) 14:00～15:30	無料	離乳食のお話、調理実演、育児等の情報交換

※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 ☎ 06-4394-9882



大腸がん検診



肺がん検診



乳がん検診



骨粗しょう症検診



離乳食講習会



プレパパ
プレママレッスン

種 類	対 象	日 時	費 用	内 容 等
プレパパ・プレママ レッスン(妊婦教室)★ 要予約	妊娠5か月以降の妊婦とその家族	9月2日(月) 13:30～15:30	無料	・保健師の話・妊娠中の栄養の話・赤ちゃんの着替え体験 ・沐浴体験・歯科健診 ※歯科健診のみの受診もできます。
発達相談 要予約	乳幼児	8月19日(月)・9月9日(月) 10:00～11:00	無料	・発育、発達の医師等による相談
精神保健福祉相談 要予約	うつ、不眠、認知症、アルコール問題等 こころの健康相談を希望する方	8月1日(木)・8月19日(月)・8月26日(月) 9月5日(木)・9月12日(木)・9月30日(月) ※各回で時間が異なります。	無料	・専門医(精神科医)による相談
酒害教室	お酒の問題についてお困りの方やその家族等	8月21日(水)・9月18日(水) 10:00～12:00	無料	・支援者の方もご参加ください。
家族教室 要予約	区内在住で統合失調症と診断された方の家族	8月14日(水)・9月11日(水) 14:00～16:00	無料	・家族交流会
ひまわり会 要予約	区内在住で統合失調症を中心とする精神に 障がいのある方	8月21日(水)・9月18日(水) 13:30～15:30	無料	・当事者交流会
健康わくわく塾 要予約	区内在住で健康づくり、介護予防に関心のある方	①8月28日(水) ②9月5日(木) ③9月12日(木) 13:30～16:00	無料	①やさしい栄養の話／いきいき百歳体操 ②献立の考え方 ③肥満・糖尿病・脂質異常症予防

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 06-4394-9968

各種専門相談

無料・秘密厳守

種 類	日 時	場 所	詳 細 等
ひとり親家庭相談 就業支援・離婚前相談等も含む 要電話予約	毎週火曜・木曜(祝日を除く) 10:00～17:00(12:15～13:00を除く)	区役所3階	問 合 せ 子育て支援 3階33番 ☎ 06-4394-9914
障がいのある方のための「相談会」 日ごろの生活でのお困りごとや心配ごとなどについて、お気軽にご相談ください。 申込不要	8月19日(月) 13:00～14:50	区役所3階 302会議室	対 象 障がいのある方、家族、事業所関係者など 主 催 大正区地域自立支援協議会・区保健福祉センター 問 合 せ 福祉 3階35番 ☎ 06-4394-9857
行政相談	8月9日(金) 13:00～15:00 (抽選13:00から・受付14:00まで)	区役所5階 503会議室	問 合 せ 地域協働課 4階40番 ☎ 06-4394-9743
専門相談員による人権相談 要申込	日時・場所は申込の際に決定します。		問 合 せ 大阪市人権啓発・相談センター ☎ 06-6532-7830 FAX 06-6531-0666
犯罪被害者等支援のための総合相談	土日・祝・年末年始を除く 9:00～17:30	市民局人権企画課 (大阪市役所4階)	問 合 せ 市民局人権企画課(市役所4階) ☎ 06-6208-7489 FAX 06-6202-7073
法律相談／定員各8組(先着順) 要電話予約	8月7・21・28日(水) 9月4・11・18・25日(水) 13:00～17:00	区役所5階	予約受付 電話のみ ☎ 050-1808-6070 (AI電話による自動案内での受付となります) 受 付 相談日の1週間前12:00～前日17:00(受付開始日が祝日の場合はその前の開庁日) 問 合 せ 庶務 5階50番 ☎ 06-4394-9683
ナイター法律相談／定員32組 要予約	9月30日(月) 18:30～21:00 事前に行政オンラインシステムでの予約が必要です (予約で定員に満たない場合は、会場にて受付)	中央区民センター	予約受付 WEBのみ 8月9日(金) 12:00～9月29日(日) 17:00 問 合 せ 大阪市総合コールセンター ☎ 06-4301-7285 FAX 06-6373-3302
日曜法律相談／定員各16組 要電話予約	8月25日(日) 13:00～17:00	北区役所 浪速区役所	予約受付 電話のみ ☎ 050-1807-2537 (AI電話による自動案内での受付となります) 受 付 8月16日(金) 12:00～24日(土) 17:00 問 合 せ 大阪市総合コールセンター ☎ 06-4301-7285 FAX 06-6373-3302

