



大阪市国保に加入している方へ
特定健診・人間ドックを受けましょう

【特定健康診査(特定健診)】

大阪市国民健康保険では、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の予防に向け、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、無料で受診できる特定健康診査を実施しています。
対象者には、4月末頃に緑色の封筒で受診券を送付していますので、取診しませう。



BCG接種のお知らせ 保健福祉センター分館

対象	標準的な接種期間	日時	費用
生後12ヶ月未満(1歳の誕生日の前日まで)	生後5~8ヶ月	5月25日(水) 13:30~14:30(受付)	無料 ※母子健康手帳と予防接種手帳をご持参ください。

各種検診のお知らせ 保健福祉センター分館

検(健)診名	対象	日時	内容・費用
乳がん検診	40歳以上の女性(2年に1回)	6月25日(出) 9:30~11:00 8月10日(水) 9:30~10:30	●マンモグラフィ検査…1500円(本年度から保健福祉センターでは検診は実施しません)
骨粗しょう症検診	18歳以上の方	8月10日(水) 9:30~10:30	●踵骨超音波測定法…無料
胃がん検診	40歳以上の方	7月18日(月・祝) 9月14日(水) 9:30~10:30	●胃エックス線検査…500円
大腸がん検診			●免疫便潜血検査法…300円
肺がん検診			●胸部エックス線検査…無料 ●かく痰検査(対象者限定)…400円
歯科相談	どなたでも	6月25日(出) 9月14日(水) 9:30~10:30	天王寺区歯科医師会が相談に応じます。
特定健康診査	40歳以上で大阪市国民健康保険に加入の方	6月25日(出) 7月18日(月・祝) 9月14日(水) 9:30~11:00	●身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査等…無料 ●肝炎ウイルス検査…1000円
後期高齢者医療健康診査	75歳以上で後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方	6月25日(出) 7月18日(月・祝) 9月14日(水) 9:30~11:00	●身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査等…無料 ●肝炎ウイルス検査…1000円
結核健診	15歳以上の方	5月9日(月) 6月7日(火) 10:00~11:00	●胸部エックス線デジタル撮影…無料
肝炎ウイルス検査	対象者限定 ※詳しくは、お問い合わせください。	風しん抗体検査のみ 下記日程も実施 5月19日(木) 6月16日(水) 13:30~14:30	●HBs抗体検査…無料 ●HCV抗体検査…無料
風しん抗体検査			●風しん抗体検査(HI法)…無料

※要予約(予約が必要な検診は、各検診日の予定人数を超えると、ご予約できません)

特定健康診査は区内の取扱医療機関でも無料で受診することができます

天王寺区では、上記のほか、区内約70の医療機関(天王寺区ホームページ掲載)でも無料で特定健康診査を実施しています。また、大阪市がん検診(胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん)は、有料で区内の取扱医療機関でも実施していますので、直接、医療機関に確認のうえ予約・申込みしてください。

問 保健福祉課(健康推進) ☎6774-9882

【1日人間ドック】
また、30歳以上の方を対象とした1日人間ドックも実施していますので、定期的に受診しましょう。

1日人間ドック	
対象	費用
30歳~39歳	15,000円
40~74歳(※)	11,000円
昭和46年生まれの方(※)	無料

※40歳以上の方は、受診時に特定健康診査の受診券をお持ちください。

そのほか、18歳以上の方を対象に、健康づくり支援事業を実施しています。
詳しくは、受診券に同封する国保健診ガイド(各区役所の窓口で)

も配布)または大阪市ホームページをご覧ください。

問 受診券・利用券に関する窓口サービス課(保険年金)

☎6774-9956

健診内容・健診場所に関すること
保健福祉課(健康推進)

☎6774-9882

【カラス被害を受けないために】

カラスは、春先に高い木の枝などに巣を作り、5~7月頃にヒナを育てます。この時期の親カラスは、ヒナを守るために、巣に近づいた人に対して、大きな声で鳴き続けるなどの威嚇行動を行うことがあります。こうしたカラスを見かけたら、慌てずにその場から離れま



よう。

【カラスによるごみ被害の対策】

カラスは目で食べ物を探します。生ごみを出す時は、水分を十分に切ったうえで、新聞紙などで包み、外側から中身が見えないようにしましょう。
また、カラス対策のためにも、生ごみは決まった時間に、決まった場所に出しましょう。
許可なくカラスを捕獲したり、卵やヒナを捕ったりすることは法律で禁止されています。捕獲許可については、大阪市動物愛護相談

室にご相談ください。
※許可申請および捕獲については、被害場所の所有者等が行ってください。

大阪市動物愛護相談室

東成区大今里1-19-29
(東成区保健福祉センター分館内)
☎6978-7710
平日:9時~17時30分

問 保健福祉課(健康推進)
☎6774-9973

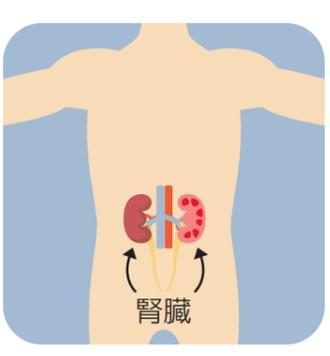
【第12回】健康づくりナビ

新たな国民病、「CKD」(慢性腎臓病)って?

腎臓は体のろ過装置

腎臓は、腰の辺りにある拳大(150gほどのものが2つ)の小さな臓器ですが、毎日200リットルもの血液をろ過し、体の中をきれいに保ちます。また、体液の量や浸透圧、血圧の調整、ミネラルや酸性・アルカリ性のバランス、ホルモン分泌を保つ、といった多くの働きがあり、とても重要な役割を担っています。一度でも機能が低下してしまうと回復が難しく、定期的な人工透析が必要になる場合もあります。

8人に1人がCKD



とで、慢性に経過する腎臓病の総称です。日本では、成人の8人に1人がかかっていると推計され、新たな国民病ともいわれています。
原因は様々ですが、生活習慣病(糖尿病、高血圧など)やメタボリックシンドロームと関係が深く、誰もがかかる可能性があります。厄介なことに、初期段階では、ほとんど自覚症状がなく、貧血、疲労感、むくみなどの症状が現れた時には既に病気がかなり進行している可能性があります。

特定健診など定期的に検査を

自分では、病気の進行に気がつきにくいからこそ、特定健康診査等で定期的な尿検査や血液検査を受け、腎機能をチェックすることは、早期発見のためにも非常に重要です。ぜひ、ご自身の腎機能はどんな状態か、調べてみてください。

また、生活習慣の改善(禁煙、減塩、肥満・運動不足の解消、節酒など)は腎臓を守る基本です。まずは自分でできることから始めましょう。

問 保健福祉課(地域保健活動)
☎6774-9968

広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。
<http://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>