



特定健診の受診は
お早めこー！

大阪市国民健康保険では、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病を予防するために、無料の特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」をお届けしています。有効期限の3月末までに受診しましょう。
※3月末までに75歳のお誕生日を迎える方は、お誕生日の前日までが受診券の有効期限です。

問窓口サービス課(保険年金)
☎6774-9956

狂犬病予防注射のご案内

令和5年度の狂犬病予防注射は3月2日(木)から受けられます。年1回の狂犬病予防注射は飼主の責務ですので、最寄りの動物病院または集合注射会場で必ず受けましょう。
■天王寺区の集合注射
日時／4月22日(土)13時30分～16時
(荒天中止)
場所／保健福祉センター分館(上汐4-3-2)
費用／注射料金 2750円、注射済票交付手数料 550円(別々に徴収します)
※会場では新規登録申請は受付できませんのでご注意ください。



問保健福祉課(健康推進)
☎6774-9973

BCG接種のお知らせ(保健福祉センター分館実施分)

対象者	標準的な接種期間	費用	日時
生後12ヶ月未満(1歳の誕生日の前日まで)	生後5～8ヶ月	無料 ※母子健康手帳と予防接種手帳をお持ちください。	3月22日(水) 13:30～14:15

※委託医療機関でもBCG接種を受けることができます。
※BCG接種(保健福祉センター分館実施分)は、令和4年度末で終了します。

各種検(健)診のお知らせ(保健福祉センター分館実施分)

検(健)診名	対象者	内容・費用	日時
結核健診	15歳以上の方	胸部エックス線検査…無料	3月6日(月) 10:00～11:00

※がん検診、特定健診は区内の取扱医療機関でも受診できます。直接予約、お申し込みください。
※令和5年度のがん検診等の日程については、4月号でお知らせします。



がん検診



特定健診・後期高齢者医療健康診査

問保健福祉課(健康推進) ☎6774-9882

こころの悩みがある方・精神障がいがある方のための相談・教室

区役所では、下記の相談・教室を毎月行っています。

予…要予約

相談・教室名	対象者	内容	日時
精神保健福祉相談	こころの悩み・病気等を相談したい方・ご家族	精神科医による相談 予	3月7日(火) 9:30～ 3月15日(水) 14:00～ ※各3組、1組45分間
		精神保健福祉相談員・保健師による相談	随時
地域生活向上教室	統合失調症等精神障がいがある方(事前相談要)	生活リズム確立や、社会復帰の準備のためのグループワークなど	月1回
家族教室	統合失調症等精神障がいがある方のご家族(事前相談要)	医師・心理士による病気の理解のための講義、家族同士の交流など	月1回

※精神科医による相談は、予約時に概要をお聞かせします。
※教室開催日や申込方法など詳しくはお問い合わせください。

問保健福祉課(地域保健活動) ☎6774-9968

お子さんの入学に向けて準備しておきたいことはいろいろありますが、「通学路の点検」もそのひとつです。人通りの少ない道、ガードレールがない道、歩道が狭い道など、通学路にも危険な場所があります。また、時間帯によって自動車や自転車の通行量が違うので、できれば実際の登下校の時間に合せてお子さんと一緒に歩いてみましょう。一緒に歩くことで「ここはなぜ危ないと思う?」「この道はどうやって渡ればいいのか?」など具体的に考えるきっかけになります。

子育て支援室コララ

入学前にしておきたいこと
～通学路の点検～!



認知症について知ろう



【認知症とは】
認知症とは、脳の病気や障がいなど様々な原因により、脳の神経細胞の働きが徐々に低下し、認知機能(記憶力、判断力など)が低下して、社会生活に支障をきたした状態をいいます。
物忘れがあっても「日常生活に支障はないから、年齢が若いから、自分には関係ない」

【軽度認知障がい(MCI)】
軽度認知障がい(MCI)とは、認知症のように普段の生活に支障をきたすほどではなくても、記憶などの能力が低下した状態のことで、MCIの方の約半数は5年以内に認知症に移行すると言われています。
【若年性認知症】
若年性認知症は65歳未満の

とされている方もいるのではないのでしょうか。しかし、日常生活に支障がなくても認知症の前期段階である軽度認知障がい(MCI)という状態や、65歳未満で発症する若年性認知症を発症している可能性もあります。

【予防】
認知症の多くは、生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常症など)との関連があるとされています。そのため、認知症のリスクを下げるためには1日3回の規則正しいバランスの良い食事、定期的な運動習慣を身に付ける、人との交流や外出の機会を積極的に持つなど、普段から生活管理を心掛けてみましょう。MCIの段階で

若い世代で発症します。働き盛りや家庭で大きな役割を担う世代の人に発症するため、社会生活・家庭生活への影響が大きく、早期からの予防が重要になってきます。

問天王寺区ゆうあい
オレンジチーム
☎6774-3350

問保健福祉課(地域保健活動)
☎6774-9968

あっても、認知症予防のための活動を始めることで進行をゆるやかにすることが期待されています。また、認知症の早期診断・早期治療につながるために、自分自身や家族・同僚、友人など周りの人について「もしかして認知症では」と思われる症状に気づいたら、「一人で悩まずかかりつけ医や地域包括支援センター(天王寺区ゆうあいオレンジチーム)、保健福祉センターなどに相談しましょう。」

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。
<https://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>