**鶴見区広報紙「広報つるみ」オープンデータ**

**令和５年３月号　No.323**

**酒害教室**申込不要　無料

飲酒問題を抱え回復をめざしている方、ご家族の飲酒問題で悩んだり困っている方など、どなたでもご参加できます。

日時　3月8日（水）14時～16時

場所　区役所 2階 集団検診室

内容　アルコール専門病院の相談員によるミニ講座、当事者体験談など

申込・問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　☎6915-9968

**統合失調症の家族教室**　無料

統合失調症について、家族が正しい知識を学び、本人への接し方などを参加者のみなさんと考えてみませんか？

日時　3月15日（水）13時30分～15時30分

場所　区役所 2階 集団検診室

対象　統合失調症と診断された方のご家族

※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください。

内容　家族交流会、問題解決技法を用いたグループセッション

申込　電話・窓口

申込・問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　☎6915-9968

**地域生活向上教室（ほっこり・ほのぼの）**無料

仲間と一緒にほっこりとした時間を過ごしてみませんか？ 午前の教室なので生活リズムも整います。

日時　3月16日（木）・4月6日（木）各日9時30分～11時30分

場所　区役所 2階 集団検診室

内容　ミーティング、軽い運動、認知機能リハビリテーション等

対象　統合失調症を中心とする精神障がいのある方

※主治医の意見書が必要です。初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください。

申込　電話・窓口

問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　☎6915-9968

**第20回 鶴見区みんなの健康まつり＆第15回 食育フェスタ」を開催します**無料　申込不要

日時　3月18日（土）14時～16時

場所　鶴見区民センター

 ＜来場者の方へのお願い＞

会場へのご来場は公共交通機関をご利用ください。

健康まつり　各種展示＆体験コーナー

★健康相談

★心肺蘇生法指導

★聴力測定

★血糖値測定

★眼底検査

★歯科相談

★検尿

★お薬相談

★献血啓発

★手洗いチェッカー

★アルコールパッチテスト

★体力測定

★血管年齢測定

★脳年齢チェック

講演会「靴と健康について」

場所　小ホール

講師　大木 金次 氏

時間　14時20分～

定員　100名

食育フェスタ　各種展示＆体験コーナー

★パッククッキング（調理実演）

★食育展示

★エコバック作り

なんと！

スタンプラリーとアンケートに答えると抽選でもらえるよ！

抽選で何があたるかはお楽しみに♪

カゴメ

旭松

※数に限りがあります

主催　鶴見区みんなの健康まつり＆食育フェスタ実行委員会

鶴見公衆衛生協会／鶴見区医師会／鶴見区歯科医師会／鶴見区薬剤師会／鶴見区地域活動協議会／鶴見区地域女性団体協議会／鶴見区食生活改善推進員協議会／鶴見区健康づくり推進協議会／鶴見区社会福祉協議会／鶴見区地域包括センター連絡会／鶴見区役所

共催　「すこやか大阪21」鶴見区推進委員会

協力　旭松食品株式会社／カゴメ株式会社／明治安田生命保険相互会社／鶴見区食育推進連絡会議／城北環境事業センター

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

**親子参加型の講習会　～親子でふれあう～「絵本とわらべうた」**　無料

親子でふれあいながら、絵本やわらべうたを楽しみましょう

日時　3月17日（金）10時30分～12時

場所　区役所 3階 302会議室

講師　谷原 舞 氏（大阪信愛学院大学 講師）

対象　区内在住の概ね2～3歳の未就園児親子

定員　20組（先着順）

申込方法　電話

申込・問合　保健福祉課（子育て支援）1階12番　☎6915-9129

**区役所で実施する各種健診・検査・予防接種のお知らせ**

予約・問合　（健診内容・健診場所などに関すること）保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

予約不要

内容　結核健診（エックス線）

料金　無料

実施日・受付時間　3月15日（水）10時～11時

対象（大阪市民）　15歳以上の方

**乳幼児健診・BCG集団予防接種**　無料　予約不要

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

乳幼児健診

※対象の方には事前に個別にご案内します。

※日程は表のとおり予定していますが、対象人数によっては実施日が変わる場合があります。必ず『健康診査のお知らせ』をご確認ください。

内容　3か月児健康診査

料金　無料

日　3月13日（月）

対象　令和4年11月1日～11月11日生まれ

内容　3か月児健康診査

料金　無料

日　3月27日（月）

対象　令和4年11月12日～11月30日生まれ

内容　1歳6か月児健康診査

料金　無料

日　3月14日（火）

対象　令和3年8月26日～9月11日生まれ

内容　1歳6か月児健康診査

料金　無料

日　3月28日（火）

対象　令和3年9月12日～9月26日生まれ

内容　3歳児健康診査

料金　無料

日　3月9日（木）

対象　令和元年7月23日～8月6日生まれ

内容　3歳児健康診査

料金　無料

日　3月23日（木）

対象　令和元年8月7日～8月25日生まれ

BCG集団予防接種

※母子健康手帳・予防接種手帳をお持ちください。

※令和5年4月からは個別接種のみになります。

内容　BCG予防接種

料金　無料

日時　3月22日（水）13時30分～15時

※13時から番号札をお渡しします。

対象（大阪市民）　（標準接種期間）生後5～8か月未満のお子さん（1歳の誕生日の前日まで接種可）

委託医療機関での個別接種はこちら

**引越しシーズンの日曜開庁を実施します**

引越し等の手続きのため多くの方が区役所を利用される4月最初の日曜日に区役所を開庁します。手続きできる業務については12面をご覧ください。

実施日時　4月2日（日）9時～17時30分

**新年度の障がいのある方の交通乗車証およびタクシー給付券を送付・交付します**

対象の方へ、新年度分の交通乗車証およびタクシー給付券を3月末日までに書留で送付、または窓口交付を開始します。

対象　障がいのある方等の交通乗車証およびタクシー給付券を受けられており、以下のいずれかに該当する方

◆身体障がい者手帳、療育手帳、戦傷病者・被爆者健康手帳、精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方

◆特別児童扶養手当1級受給世帯の方

問合・交付　保健福祉課（障がい者支援）1階13番　☎6915-9857

**令和4年度 特定健診の受診はお早めに**

区役所のほか医療機関でも受診が可能です

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の発症や重症化を予防するために無料で受診できる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」を送付しています。令和4年度受診券の有効期限は3月末となっていますので、お早めに受診をお願いします。

※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となります。

問合　特定健診受診券について　窓口サービス課（保険年金）3階31番　☎6915-9956

健診内容・健診場所について　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

**国民健康保険の届出をお忘れなく**

進学や就職などで異動が多くなるシーズンです。国民健康保険から脱退するときや、退職などで国民健康保険に加入するときは、事実の発生したときから14日以内に届出が必要です。自動的に加入や脱退の手続きが行われることはありませんので、忘れずに届出をしてください。

なお、加入の届出が遅れた場合は、加入すべきときから保険料をさかのぼって（最長2年）納めていただくことになります。また、やむを得ない理由もなく届出が遅れると、医療費の給付は届出日からになる場合があります。

問合　窓口サービス課（保険年金）3階31番　☎6915-9956

**3月　無料相談**

対象　大阪市民の方

行政オンラインシステムでの予約

申込期間　毎月1日から相談日4日前まで

定員　各2名（先着順）

相談名　1 法律相談（弁護士）　予約制

日時　3月10日（金）13時～17時・3月24日（金）13時～17時（毎月第2・第4金曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用☎6915-9954）

定員　16名（先着順）（1人30分）

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

※各種相談時間には入れ替わりの時間なども含みます。

問合　総務課（政策推進）☎6915-9683

相談名　2 不動産相談（賃貸、売買契約、借地借家、空き家問題など）　予約制

日時　3月9日（木）13時～16時（毎月第2木曜日・偶数月第4月曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用☎6915-9954）

定員　6名（先着順）（1人30分）

行政オンラインシステムでの予約可

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

※各種相談時間には入れ替わりの時間なども含みます。

問合　総務課（政策推進）☎6915-9683

相談名　3 司法書士相談（相続・贈与、会社・法人の登記、成年後見など）　予約制

日時　3月15日（水）13時～16時（毎月第3水曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用☎6915-9954）

定員　8名(先着順)（1人45分）

行政オンラインシステムでの予約可

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

※各種相談時間には入れ替わりの時間なども含みます。

問合　総務課（政策推進）☎6915-9683

相談名　4 行政書士相談（相続・遺言など）

日時　3月8日（水）13時～16時（奇数月第2水曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用☎6915-9954）

定員　8名(先着順)（1人40分）

行政オンラインシステムでの予約可

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

※各種相談時間には入れ替わりの時間なども含みます。

問合　総務課（政策推進）☎6915-9683

相談名　5 行政に関する相談

日時　3月24日（金）14時～16時（毎月第4金曜日）

申込方法　当日会場へお越しください

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

※各種相談時間には入れ替わりの時間なども含みます。

問合　総務課（政策推進）☎6915-9683

相談名　6 花と緑の相談　問合　鶴見緑地公園事務所　☎6912-0650

日時　3月8日（水）14時～15時30分（毎月第2水曜日）

申込方法　当日会場へお越しください

場所　鶴見区役所1階ロビー

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

相談名　7 ごみの相談　フードドライブ　問合　城北環境事業センター　☎6913-3960

今月は実施しません

場所　鶴見区役所1階ロビー

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

相談名　8 人権相談（いじめ、差別、虐待、セクハラ・パワハラ、DVなど）　一部予約制

日時　【平日】9時～21時　【日・祝】9時～17時30分　※土曜日はお休みですが電子メールによる相談は受付しています。

申込方法　専門相談員が電話、FAX、手紙、メール、面談で相談をお受けします。区役所で面談を希望される方は事前にお申し込みください。

（☎6532-7830）　なやみゼロ

※通話料は自己負担

場所　大阪市人権啓発・相談センター　西区立売堀4-10-18　阿波座センタービル1階

相談名　9 こころの相談（精神科医）　問合　保健福祉課（保健活動）☎6915-9968　予約制

日時　3月10日（金）14時～15時30分・3月24日（金）14時～15時30分

申込方法　本人（鶴見区民）およびご家族からの相談も可能です。電話、窓口事前予約制（☎6915-9968）

定員　2名（先着順）（1人30分程度）

場所　鶴見区役所1階11番窓口

相談名　10 助産師相談　予約制

日時　3月13日（月）13時15分～13時55分・3月27日（月）13時15分～13時55分

申込方法　電話（☎6915-9882）

対象　授乳期のお子さんを持つお母さん

定員　2名(先着順)

場所　鶴見区役所2階 授乳室

相談名　11 日曜法律相談　予約制

日時　3月26日（日）9時30分～13時30分　東住吉区役所

申込方法　大阪市総合コールセンター「なにわコール」（☎4301-7285）（なにわコール）

※マスク着用の徹底をお願いします。マスク未着用の場合、相談ブースへの入室はお断りします。

※体調不良とお見受けされる場合は、相談ブースへの入室をお断りすることがあります。

相談名　12 ナイター法律相談

日時　3月20日（月）　中央区民センター

申込方法　大阪市総合コールセンター「なにわコール」（☎4301-7285）（なにわコール）

※マスク着用の徹底をお願いします。マスク未着用の場合、相談ブースへの入室はお断りします。

※体調不良とお見受けされる場合は、相談ブースへの入室をお断りすることがあります。

**朝ごはんを食べよう！食育レシピ**

カラフルスクランブルエッグ

※1人分エネルギー…95kcal

忙しい朝でもひと手間加えると彩りよく簡単に作れます。

材料（1人分）

卵　1個

ほうれん草　1茎

カニかまぼこ　1本

マヨドレ（マヨネーズ）　小さじ1/2弱

塩　少々

作り方

①ほうれん草を3～4cm幅に切る。

②ボウルに卵を割り入れ、ほうれん草、割いたカニかまぼこを入れ混ぜ、塩で味を整える。

③フライパンにマヨドレを入れ、温まったら②を流し入れ混ぜる。

④全体に火が通ったら完成。

指先での計量

◆少々（約小さじ1/8）

親指と人差し指の2本の指先で軽くつまんだ量

◆ひとつまみ（約小さじ1/4）

親指、人差し指、中指の3本の指先で軽くつまんだ量

レシピ提供：鶴見区食育推進ネットワーク　三愛幼稚園・こども園

※撮影協力：三愛幼稚園・こども園 田中先生（右）

食生活改善推進員協議会 茨田西校区 今西さん（左）

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

**イベントレポート！鶴見区 二十歳のつどい**

1月9日（月・祝）、つるみ日建ホール（区民センター 大ホール）で「鶴見区 二十歳のつどい」を開催しました。新型コロナウイルス感染症対策のため、2部に分かれての開催となりましたが、色とりどりの振袖や袴、スーツに身を包んだ二十歳を迎えた計759人の方が集まり、華やかな式典となりました。

式典では代表者が壇上で誓いを述べ、両親をはじめこれまで育ててくれた方々への感謝を伝えたほか、くす玉割りやビンゴ大会などで大いに盛り上がりました。晴れて二十歳を迎えた皆さん、本当におめでとうございます！

※区長からのお祝いの言葉をホームページに掲載しています。

実行委員長の「ブラボー！」の声で開式

二十歳の誓いを述べる代表者

ビンゴ大会の司会は鶴見区住みます芸人「国道アリス」

二十歳の誓いを述べた代表者の皆さん

インタビュー

（右から）夢に向かって、あきらめない人になる！（岩本鈴佳さん）

平和でおだやかな人生にしたい！（小谷粋さん）

大人の階段をのぼって素敵な母親になる！（関野コウさん）

普段会えない友人と集まれたことがうれしい。生まれ育った鶴見を良くするために仕事を頑張りたいです。（門脇照直さん）

これまでいろいろな人に迷惑をかけてきたので、「今までありがとう」と素直に言える大人になりたいです。（大久保匠さん）

**コロナ禍で健康を見つめなおす今だからこそ！がん検診を受診しませんか？**

鶴見区の死因の第1位は「がん」

※がんの種類などによって進行の度合い等は異なります。

男性の約3人に1人、女性の約4人に1人ががんで亡くなっています。

がんは初期の段階では症状がないことも多いですが、がん検診を受診し早期発見・早期治療をすれば約9割が治ると言われている病気です。早期がんで発見できる期間はわずかです。

鶴見区内の男女別死因割合（令和3年）

〈男性〉

がん　31.2％

心疾患※　13.1％

肺炎　7.1％

脳血管疾患　5.2％

老衰　2.9％

その他　40.5％

〈女性〉

がん　22.2％

老衰　12.4％

心疾患※　11.9％

脳血管疾患　6.3％

肺炎　6.3％

その他　40.9％

※高血圧性心疾患を除く

がんはコロナの収束を待ってくれません。

がん検診の受診を控えることは、がんの早期発見の機会を逃してしまう可能性があります。

がん細胞

1cmの大きさになるまでおよそ10年

大きさが1cm未満のがんはがん検診での発見は難しい。

検診→異常なし

1cm

早期発見できる期間

わずか1～2年

検診→早期発見

2cm

進行がん

検診未受診だと、気が付いたときには、進行がんという可能性も…。

毎年検診を受けていたから、早い段階で発見できたんだね。

3すべての人に健康と福祉を

がんは無意識のうちに進行し、気づいた時には重症化していることもあります。自覚症状がなくても定期的（毎年または2年に1回）にがん検診を受けて早期発見・早期治療に努めましょう。

がん検診の受診が「大切な命」、そして「大切な人」を守ることにつながります。

**乳がん検診を受けましょう！**

令和5年度 大阪市乳がん検診デー

大阪市乳がん検診取扱医療機関で、日時指定で乳がん検診（マンモグラフィ検査）を受診できる「大阪市乳がん検診デー」を実施しています。予約受付は、4月から各医療機関で行います。

対象　市内在住で、令和6年3月31日時点で40歳以上の女性

詳しくはコチラ

鶴見区内の乳がん検診デー取扱医療機関

本田病院　鶴見区鶴見4‒1‒30　☎6939-6301

鶴見区以外の医療機関でも受診いただけます。

ほかの乳がん検診デー取扱医療機関についてはホームページでご確認ください。

**今日から始めよう! ブレストアウェアネス**

ポイント　月に1回定期的に。月経終了後一週間たったころが目安です。閉経した方は月に1回覚えやすい日を決めてチェックしよう。

1.まず、見よう (明るい部屋でチェック)

◇上半身を鏡に映し、左右の状態を観察する(腕を上げたり下げたりする)。

●左右の乳房の形の変化や腫れの有無、皮膚のくぼみ・ひきつれ・ふくらみの有無、赤くただれていないか、乳首がへこんだり、乳首から異常な分泌液(血が混ざっている)は出ていないか。

2.手で触れてチェック

●軽く圧迫して鎖骨から脇の下、乳房、乳首までしこりがないか丁寧にチェック。腕を上げた状態でもう一度チェック。入浴中、石鹸を泡立てて触れるとしこりがわかりやすくなります。

指をそろえて指のはらで触りましょう

乳房を触る方向

3.乳房に変化を感じたら、すみやかに医療機関へ相談しましょう

4.定期的に乳がん検診を受けましょう

**対象の方に、乳がん検診・子宮頸がん検診の【無料クーポン券】を送付します**

子宮頸がん検診対象者

年齢　20歳

生年月日　平成14年4月2日～平成15年4月1日

乳がん検診対象者

年齢　40歳

生年月日　昭和57年4月2日～昭和58年4月1日

新型コロナウイルス感染症発生に伴い、令和3年度の無料クーポン券対象者については、現在お持ちの無料クーポン券を令和5年3月31日までにご使用ください。

問合　がん検診専用電話　☎6208-8250

**子宮頸がん予防ワクチン接種のご案内**無料

対象　小学6年生（12歳相当）～高校1年生（16歳相当）の女子

接種回数　3回

接種方法　市内委託医療機関で直接予約

※接種に当たっては、有効性とリスクを理解したうえで受けてください

問合　がん検診専用電話　☎6208-8250

**（区役所・小学校等）各種がん検診・特定健診等日程**

実施日　4月14日(金)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

予約不要　歯科健康相談

実施日　5月6日(土)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　茨田東小学校

予約不要　特定健診

実施日　5月18日(木)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん

予約不要　歯科健康相談　特定健診

実施日　6月1日(木)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

予約不要　歯科健康相談　特定健診

実施日　6月1日(木)　受付時間　13時30分～14時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん

実施日　6月9日(金)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　榎本福祉会館

予約不要　特定健診

実施日　7月19日(水)　受付時間　18時30分～19時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

実施日　8月3日(木)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　鶴見南小学校

予約不要　特定健診

実施日　8月22日(火)　受付時間　18時30分～19時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

実施日　9月7日(木)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

予約不要　歯科健康相談　特定健診

実施日　9月7日(木)　受付時間　13時30分～14時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん

実施日　10月22日(日)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん

予約不要　特定健診

実施日　10月22日(日)　受付時間　13時30分～14時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

実施日　11月26日(日)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん　乳がん

予約制　骨粗しょう症

予約不要　特定健診

実施日　12月4日(月)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

予約不要　歯科健康相談　特定健診

実施日　令和6年1月8日(月・祝)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

予約不要　特定健診

実施日　令和6年1月8日(月・祝)　受付時間　13時30分～14時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん

実施日　令和6年2月15日(木)　受付時間　9時30分～10時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　大腸がん　肺がん

予約不要　歯科健康相談　特定健診

実施日　令和6年2月15日(木)　受付時間　13時30分～14時50分　検診会場　区役所

予約制　がん検診※　乳がん

予約制　骨粗しょう症

※大阪市実施のがん検診・骨量検査は1年度内に1回の受診となっています。(1年度内とは4月1日から翌年の3月31日までを指します)

★平日（午前・午後）の乳がん検診実施時に、保育ボランティア付検診を実施します。ご希望の方は予約時にお申し込みください。

★がん検診実施日に、手話通訳を派遣します。ご希望の方は、受診日の2週間前までにお申し込みください。

★検診受診にあたり、車イス等配慮が必要な方は予約時に保健福祉課（健康づくり）にご連絡ください。

区で実施するがん検診の予約状況をホームページで見ることができます。

予約状況は変動しますので目安としてご利用ください。（月2回程度更新）

HPはこちら

次のいずれかの証明があれば、各種がん検診の費用が無料になります。

※受診当日必ずご持参ください

①後期高齢者医療被保険者証

②高齢受給者証

③市民税非課税証明書(世帯全員分)→事前に区役所 1階11番窓口で必要な書類をお渡しします

④生活保護適用証明書等

⑤中国在留適用邦人本人確認証

各種がん検診の受診対象外の方

①大阪市民でない方

②検診部位の病気等で治療中・経過観察中の方、自覚症状のある方

③同一年度内に、同等の検診を受診済みの方(自費や診療は含みません)

④勤務先等で同程度の検診を受診できる方

●受診対象について、不明な点等がありましたら、保健福祉課（健康づくり）☎6915-9882にお問い合わせください。

予約・問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

**大阪市のがん検診は受けないともったいない！**

区 区役所で実施

医 医療機関で実施

胃がん検診　要予約

医療機関で実施

胃部エックス線検査

バリウム服用による胃部エックス線検査

対象　40歳以上の方

受診間隔　年度内1回

自己負担額　通常費用14,000円程度→500円

医療機関で実施

胃内視鏡検査

対象　50歳以上の方

受診間隔　2年度に1回

自己負担額　通常費用17,000円程度→1,500円

※50歳以上の方は、胃部エックス線検査又は胃内視鏡検査のいずれかを選択して受診することができます。ただし、令和4年度中に自治体等で胃内視鏡検査を受診された方は、令和5年度はいずれの検査(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。

※同一年度中に、胃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。

肺がん検診　要予約

区役所・医療機関で実施

胸部エックス線検査

対象　40歳以上の方

受診間隔　年度内1回

自己負担額　通常費用5,000円程度→無料

※喀痰(かくたん)検査は400円(対象は50歳以上のハイリスク者のみ)

乳がん検診　要予約

区役所・医療機関で実施

マンモグラフィ検査

乳房のレントゲン検査

対象　40歳以上の女性

受診間隔　2年度に1回

自己負担額　通常費用9,000円程度→1,500円

※基本的に視触診は実施しませんが、取扱医療機関では併用する場合もあります。

医療機関で実施

超音波検査

対象　30～39歳の女性

受診間隔　年度内1回

自己負担額　通常費用7,000円程度→1,000円

子宮頸がん検診　要予約

医療機関で実施

子宮頚部細胞診検査

対象　20歳以上の女性

受診間隔　2年度に1回

自己負担額　通常費用7,000円程度→400円

大腸がん検診　要予約

区役所・医療機関で実施

免疫便潜血検査(2日法)

対象　40歳以上の方

受診間隔　年度内1回

自己負担額　通常費用4,000円程度→300円

※検便キットをお届けしますので、2回分の採便をお願いします。

前立腺がん検診　要予約

医療機関で実施

血液検査で前立腺特異抗原値を測定

対象　50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の男性

受診間隔　5年度に1回

自己負担額　通常費用3,000円程度→1,000円

がん検診以外にも…

骨粗しょう症検診　要予約

区役所で実施

かかと部分の超音波測定

対象　18歳以上の方

受診間隔　年度内1回

自己負担額　無料

※受診結果が「経過観察」と判定された方には、検診同日に栄養士が個別指導を行います。

歯科健康相談　予約不要

歯の健康に関する相談　※診察は行いません。

がん検診の日程にあわせて、おロの中に関する相談に歯科医師が助言・指導を行います。

自己負担額　無料

**がん検診の受診はとっても簡単な3ステップ!!**

1 電話する（予約）

医療機関へ直接電話で予約してください。区役所で受診される場合は、オンラインや窓口でも予約できます。(区役所 1階11番窓口)

2 受診する

検診日の1週間前までに自宅に届いた問診票や検査キット、本人確認書類などを持って受付に来てください。案内された時間には遅れないようにしてくださいね。

3 結果が届く

受診後、3～4週間ほどで自宅に検診結果が届きます。

がん検診は、鶴見区内に限らず大阪市内の取扱医療機関や他の区役所でも受診することができます。

**連絡のないキャンセルが多く困っています**

**必ずご連絡ください**

◆集団検診は1回の受診人数が決まっています。

◆がん検診は予約された方に1週間前に案内をお送りします。

◆他の方のためにも、予約した日に予定が入ればすみやかにお電話でご連絡ください。

**（鶴見区）各種がん検診・特定健診取扱医療機関**

医療機関名　服部クリニック

住所　今津北5-11-12

電話　6180-8031

大腸　特定健診

医療機関名　大森整形外科

住所　今津中3-6-27

電話　6969-3355

大腸　特定健診

医療機関名　今津生協診療所

住所　今津中3-7-9

電話　6969-6333

胃（X線）　大腸　肺　前立腺　特定健診

医療機関名　中河クリニック

住所　今津中3-8-9

電話　6962-9901

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　アイル在宅救急クリニック

住所　今津中5-1-33 1F

電話　6180-3621

特定健診

医療機関名　杉岡内科医院

住所　今津中5-6-26

電話　6968-6632

特定健診

医療機関名　新協和病院

住所　今津南1-5-8

電話　6969-3500

胃（X線）　大腸　特定健診

医療機関名　かたやまクリニック

住所　今津南1-5-39

電話　6965-2131

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　玉岡耳鼻咽喉科

住所　今津南1-6-26

電話　6963-8701

特定健診

医療機関名　富士診療所

住所　今津南2-5-31

電話　6963-2331

胃（内視鏡）　大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　鶴見診療所

住所　鶴見3-5-19 1F

電話　6933-0005

大腸　特定健診

医療機関名　コープおおさか病院

住所　鶴見3-6-22

電話　6914-1100

胃（X線）　胃（内視鏡）　大腸　肺　子宮　乳（超音波）　乳（マンモグラフィ）　前立腺　特定健診

医療機関名　本田病院

住所　鶴見4-1-30

電話　6939-6301

胃（X線）　胃（内視鏡）　大腸　肺　乳（超音波）　乳（マンモグラフィ）　前立腺　特定健診

医療機関名　小林医院

住所　鶴見4-11-66

電話　6915-7777

胃（内視鏡）　大腸　乳（超音波）　特定健診

医療機関名　藤山診療所

住所　鶴見4-16-12

電話　6913-7307

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　橋内耳鼻咽喉科

住所　鶴見4-16-46

電話　4257-3387

特定健診

医療機関名　日比野内科クリニック

住所　鶴見5-5-16

電話　6915-6311

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　髙木医院

住所　鶴見6-9-24

電話　6914-3776

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　川上医院

住所　徳庵1-1-64

電話　6912-1024

大腸　肺　乳（超音波）　特定健診

医療機関名　北田医院

住所　放出東2-4-1

電話　6961-2817

胃（X線）　大腸　肺　前立腺　特定健診

医療機関名　城東病院

住所　放出東2-11-22

電話　6961-2994

大腸　肺　特定健診

医療機関名　良原診療所

住所　放出東2-21-23

電話　6967-1588

大腸　肺　前立腺　特定健診

医療機関名　すなみ内科クリニック

住所　放出東3-21-50

電話　4258-1114

大腸　特定健診

医療機関名　寺内クリニック

住所　浜3-2-3

電話　6911-6777

特定健診

医療機関名　高山医院

住所　浜3-3-16

電話　6912-2829

大腸　特定健診

医療機関名　糸原医院

住所　浜4-7-18

電話　6912-0836

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　いまにし医院

住所　浜5-南1-13

電話　6914-6776

大腸　乳（超音波）　前立腺　特定健診

医療機関名　吉田クリニック

住所　茨田大宮2-7-10

電話　6915-0600

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　大阪鶴見ひなた内科・在宅クリニック

住所　緑1-11-3

電話　6923-9277

大腸　肺　特定健診

医療機関名　しばさきクリニック

住所　諸口1-6-19

電話　6913-3331

大腸　特定健診

医療機関名　米田産婦人科

住所　諸口1-13-16

電話　6913-1135

大腸　子宮　特定健診

医療機関名　ウェルシーライフ診療所

住所　諸口1-14-43

電話　6914-3331

特定健診

医療機関名　たなかクリニック

住所　諸口2-4-10

電話　6915-3800

大腸　特定健診

医療機関名　胃泌尿器科 だんのクリニック

住所　諸口3-1-21

電話　6780-4114

前立腺

医療機関名　なかたクリニック

住所　諸口4-1-2

電話　6914-2223

大腸　特定健診

医療機関名　いしだ整形外科クリニック

住所　諸口4-7-7

電話　6911-6900

特定健診

医療機関名　長谷川医院

住所　諸口4-15-15

電話　6913-6686

大腸　特定健診

医療機関名　NT鶴見クリニック

住所　諸口5-浜6-21

電話　6915-1133

特定健診

医療機関名　三和病院

住所　安田1-8-3

電話　6912-6500

胃（X線）　大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　三木医院

住所　安田4-8-2

電話　6913-1120

胃（X線）　大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　安住医院

住所　横堤1-1-5

電話　6912-0377

大腸　特定健診

医療機関名　かわむらクリニック

住所　横堤1-12-12

電話　4397-7850

特定健診

医療機関名　まつむらクリニック

住所　横堤1-12-17

電話　6914-1199

大腸　特定健診

医療機関名　きたクリニック

住所　横堤2-23-5 3F

電話　6911-2345

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　三島クリニック

住所　横堤2-23-7

電話　6913-3624

大腸　乳（超音波）　特定健診

医療機関名　まった生協診療所

住所　横堤3-6-7

電話　6911-3195

胃（X線）　大腸　肺　前立腺　特定健診

医療機関名　和田病院

住所　横堤3-10-18

電話　6911-0003

胃（内視鏡）　大腸　乳（超音波）　特定健診

医療機関名　横山クリニック

住所　横堤4-1-36

電話　6914-3100

大腸　前立腺　特定健診

医療機関名　髙野医院

住所　横堤5-5-60

電話　6915-1595

大腸　特定健診

●取扱医療機関は随時変更となることがありますので、あらかじめご了承ください。

●受診については各取扱医療機関に直接お申し込みください。お申し込み時には必ず、「大阪市実施の検診を希望」とお伝えください。

**40歳以上の方は年に1回「特定健診」を受けましょう！**無料

特定健診

受診方法は加入している医療保険によって異なります。

加入医療保険　大阪市国民健康保険（年度中に40歳以上になる方）

受診場所　取扱医療機関（要予約）または保健福祉センター（予約不要）

持ち物　①受診券　②特定健診個人票（4月末頃郵送予定）　③保険証

検査項目　問診・身体計測・診察・血圧測定・尿検査・血液検査等

加入医療保険　後期高齢者医療制度（75歳以上）

受診場所　取扱医療機関（要予約）または保健福祉センター（予約不要）

持ち物　①受診券（4月末頃郵送予定）　②保険証

検査項目　問診・身体計測・診察・血圧測定・尿検査・血液検査等

加入医療保険　勤務先等の医療保険（大阪市国保以外の方）

受診場所　加入している医療保険に問い合わせて、受診してください。

持ち物　加入している医療保険に問い合わせて、受診してください。

検査項目　加入している医療保険に問い合わせて、受診してください。

特定保健指導

特定健診の結果、生活習慣の改善が必要という方は、保健指導が受けられます。案内を受け取られた方は、必ず保健指導を受けましょう。

受診券の問合せ・再発行　大阪市国民健康保険の方：窓口サービス課（保険年金）3階31番　☎6915-9956

後期高齢者医療制度の方：大阪府 後期高齢者医療広域連合　☎4790-2031

健診日時の問合せ　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

★検診受診にあたり、車イス等配慮が必要な方は予約時に保健福祉課（健康づくり）にご連絡ください。

**令和5年度 大阪市健康診査**無料

対象　本年度40歳以上になる市民で、申込時・受診時に生活保護または中国残留邦人支援給付を受給中の方

※社会保険加入者、入院中または介護施設等に入所中の方は除く

内容　問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査等

申込方法　区役所1階11番窓口へ生活保護適用証明書(原本)または中国残留邦人本人確認証(写し)を提出

申込期間　令和5年4月3日（月）～令和6年2月15日（木）

受診方法　申込後、約2週間程で「受診券」「個人票」「医療機関名簿」等をお送りしますので、医療機関に直接予約してください。

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

**結核健診**無料　申込不要

結核は、早期発見、早期治療が大切です。年1回は健診を受けましょう。

日程　令和5年4月17日（月）・5月30日（火）・6月6日（火）・7月14日（金）・8月16日（水）・9月8日（金）・10月4日（火）・11月7日（火）・12月13日（水）・令和6年1月17日（水）・2月20日（火）・3月13日（水）

受付時間　10時～11時

場所　鶴見区役所

対象　15歳以上の市民の方

内容　胸部X線間接撮影

※着衣のまま撮影しますので、ボタンや金具のある下着はお避けください。

※妊娠中及び妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　☎6915-9882

ホームページはこちら

**歯周病検診**

歯の健康のために定期的に受診しましょう。

対象　昭和28年、昭和33年、昭和38年、昭和43年、昭和48年、昭和53年、昭和58年生まれの方

（勤務先等で同程度の検診を受けられる方・歯周病の治療で通院中の方は除く）

内容　問診、口腔内診査（治療は含みません）

費用　500円

以下に該当する方は、証明書等の提示・提出により歯周病検診が無料で受診できます。

・生活保護世帯に属する方（生活保護適用証明書等）

・市民税非課税世帯の方（世帯全員の市民税非課税証明書等）

問合　健康局 健康推進部 健康づくり課　☎6208-9907

取扱歯科医療機関はこちら

**4月9日（日）は統一地方選挙の投票日です**

当日、投票に行けない方は期日前投票・不在者投票をしましょう

大阪市では、市長選挙・市議会議員選挙・府知事選挙・府議会議員選挙の4つの選挙が同時に行われます。地方選挙は、私たちの生活に最も身近な選挙であり、今後の市政・府政の進路を決める重要な選択の機会です。有権者の皆さん、必ず投票しましょう。

投票できる方

日本国籍を有し、区役所の住民基本台帳に記録されている方で、平成17年4月10日までに生まれ、令和4年12月30日までに市内に転入し、届出をした方。

※すでに選挙人名簿に載っている方で、令和5年2月28日までに大阪市内で住所変更の届出をした方は、新しい住所地の区で投票ができます。

※令和4年12月31日以降に大阪府下の他の市町村から転入された方、または、投票日までに大阪府下の他の市町村へ転出される方は、選挙人名簿に載っている前住所地の市区町村で、府知事選挙・府議会議員選挙のみ投票できます。

詳しくは、お住まいの市町村の選挙管理委員会にお問い合わせください。

投票案内状を投票所へ

世帯ごとにまとめて封書で投票案内状をお送りしますので、ご自身の投票案内状を投票所へお持ちください。また、投票案内状がなくても投票はできますので、受付の係員にお申し出ください。

※投票案内状をご持参いただいた方もご本人確認はさせていただきます。

安心して投票所へ

障がいのある方も不自由なく投票できるように、各投票所に車いす用の投票記載台や段差解消のためのスロープなどを設置しています。

なお、投票の際に手話通訳が必要な方は、事前に鶴見区選挙管理委員会へ、住所・氏名・ファックス番号（電話番号）を書いて郵送またはファックスなどで申し込んでください。

点字投票・代理投票

視覚に障がいのある方は、点字で投票することができます。また、ご自身で用紙への記入が困難な場合は、代理投票ができます。各投票所でお気軽にお申し出ください。

期日前投票・不在者投票をご利用ください

投票日に仕事やレジャーなどの予定がある方は、名簿登録地の区役所等で期日前投票ができます。

投票日当日の混雑を避け、新型コロナウイルス感染症対策のために、期日前投票をご利用ください。

期日前投票・不在者投票の期間

◎告示日の翌日～4月2日（日）…午前8時30分～午後8時

◎4月3日（月）～4月8日（土）…午前8時30分～午後9時

場所　鶴見区役所 3階 302会議室

※選挙の種類により、期日前投票・不在者投票期間が異なりますので、ご注意ください。4月1日からは、一度に4つすべての選挙の投票を行うことができます。

知事選挙

市長選挙

市議・府議選挙

3/24～3/26　知事のみの投票ができます

3/27～3/31　市長・知事の投票ができます

4/1～4/8　すべての選挙の投票ができます

●出張等の都合により名簿登録地の区役所等での期日前投票ができない方は滞在先の市区町村選挙管理委員会で不在者投票ができます。

※投票場所・時間は、滞在先の選挙管理委員会にお問合せください。

●不在者投票の施設として指定された病院等の施設に入院・入所している方はその施設で不在者投票ができます。

●身体に一定の重度障がい等のある方は、郵便等による不在者投票ができますので、あらかじめ郵便等投票証明書の交付を受けてください。

※新型コロナウイルス感染症により療養等をされている方で、一定の要件を満たす場合、郵便等により投票をすることができます（特例郵便等投票）。

詳しくは鶴見区選挙管理委員会にお問い合わせください。

選挙公報の配布時期について

4種類（知事・市長・市議・府議）の選挙公報は、4月3日（月）から6日（木）の間にまとめてお届けする予定です。各世帯ごとに順次配布しますので、お届けまでにお時間を要します。あらかじめご了承ください。

選挙公報点字版・音声版を送付します

選挙公報点字版または音声版を視覚に障がいのある方に郵送しています。申込みは、電話またはファックスで、点字版か音声版の別、住所・氏名・電話番号を書いて、行政委員会事務局へ申し込んでください。

投票所内では新型コロナウイルス感染症対策を実施します

安心して投票に来ていただけるよう、投票所において新型コロナウイルス感染症対策を実施します。投票に来られる皆さまにおかれましても、ご理解・ご協力をお願いいたします。

問合　行政委員会事務局選挙部選挙課　☎6208-8511　FAX6204-0900

鶴見区選挙管理委員会　☎6915-9626　FAX6913-6235