



募集

知って健康! (糖尿病予防編)

健診で「血糖値やHbA1cの数値が高い」「糖尿病予備軍です」といわれた、という方にピッタリの教室です!

	日時(全4回コース)	内容
1回目	1月21日(水) 14:00~16:00	★医師のお話 「糖尿病って、どんな病気? 糖尿病を正しく知ろう!」
2回目	1月29日(木) 14:00~16:00	★管理栄養士のお話 「糖尿病にならない食べ方」 ★コンピューター食事診断シート記入 「あなたの食生活を振り返ろう!」
3回目	2月13日(金) 14:00~16:00 <small>※時間を区切って個別にご案内します。</small>	★管理栄養士のマンツーマン相談 「コンピューター食事診断結果を聞いて相談してみよう」
4回目	2月27日(金) 14:00~16:00	★健康運動指導士のお話と実技 「今日から実践! 日常生活に取り入れられる運動」 ★みんなで考えよう 「糖尿病にならないための生活とは!」

対象 次の(1)~(4)全てにあてはまる淀川区民の方

- (1)40歳以上75歳未満
- (2)HbA1c5.6%以上または、空腹時血糖100mg/dL以上
- (3)糖尿病の治療を受けていない
- (4)全4回とも参加できる

定員 20名(申込先着順)

場所 淀川区保健福祉センター
(淀川区役所2階)集団検診室

申込開始 12月5日(金) 9:00~

申込締切 1月9日(金)

申込問合せ 保健福祉課(健康相談) 2階21番
☎6308-9968

健診

●乳幼児健診 [区役所2階]

案内文書は対象者の方に11月中旬に送付しています(対象者の範囲を変更している場合あり)。案内文書が届いていない場合や日程の変更を希望される方はご連絡ください。

3か月児健診	平成26年 8月 1日~15日生まれの方...12月 2日(火) 平成26年 8月16日~31日生まれの方...12月16日(火)
1歳6か月児健診	平成25年 5月16日~31日生まれの方...12月 10日(水) 平成25年 6月 1日~15日生まれの方...12月24日(水)
3歳児健診	平成23年 9月 1日~15日生まれの方...12月11日(木) 平成23年 9月16日~30日生まれの方...12月25日(木)

●BCGワクチン接種 [区役所2階] ※予約不要

受付日時 12月18日(木) 14:00~15:00

対象 標準的な接種期間(生後5か月~8か月)

※生後12か月未満(1歳の誕生日前日)まで接種可能。

持参物 母子健康手帳・予防接種手帳

●結核健診 [区役所2階] ※予約不要

受付日時 12月17日(水)10:00~11:00 **対象** 15歳以上。妊娠中および妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。

●特定健康診査

受付日時・場所	12月12日(金)	区役所2階	9:30~11:00
---------	-----------	-------	------------

対象 大阪市国民健康保険加入者のうち、平成26年4月1日~平成27年3月31日に40歳以上で、受診日現在加入されている方

費用 無料。ただし、肝炎検査1,000円。

持参物 大阪市国民健康保険被保険者証・受診券

受診券について 窓口サービス課(保険年金) ☎6308-9956

●胃・大腸・肺・乳・子宮がん検診、骨量検査 ※予約制

詳しくはお問合せください。(大阪市ホームページで、区のがん検診の日程や取扱医療機関をご覧ください。)

淀川区 健診 検索

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882

レポート

40年の歴史に残るイベントに!?

YODOGAWA EXPO 40TH

11月8日(土)、区役所で区制40周年を区民の皆さまと祝うスペシャルイベント「YODOGAWA EXPO 40th」を開催しました。多くの方々にご参加いただき、大盛況の内に終わることが出来ました。誠にありがとうございました。

ライブ、飲食バル、企業ブースとたくさんの方々にご協力いただきました。誌面をお借りしてお礼申し上げます。



▲空団地の登場で会場のボルテージはMAXに



▲ロッカーにお給かき



▲お菓子をピザ作り

出展協力企業等(順不同)

オリオン㈱・ターナー色彩㈱・POLA THE BEAUTY 大阪十三店・日清食品ホールディングス・カルピス㈱・ぼんち㈱・旭松食品㈱・セレッソ大阪・北大阪ミュージックケア研究会・阪急電鉄㈱・IDEC㈱・大阪新大阪ライオンズクラブ・食推協



▲ライブ後みんなで記念撮影

淀川区、おかげさまで区制40周年を迎えました。これからも区民の皆さまとともに歩んでまいります。

問合せ 区制40周年プロジェクト事務局 ☎6308-9405

【日曜開庁のお知らせ】 12月は日曜開庁を実施しません。

また12月27日(土)~1月4日(日)まで区役所はお休みです。ご注意ください。