

あなたとあなたの大切な人のために/ もう受けましたか、国保の「けんしん」

「けんしん」よくあるQ&A

なんとなく足が遠のく
「けんしん」から、
行ってみたい
「けんしん」へ

Q 私は対象になるのかな?



特定健診の受診券が届いていませんか?
国民健康保険にご加入中の方で40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)には毎年4月末頃に受診券をお届けしています!

今年度は緑色の封筒です

Q 手続きや予約がめんどろ。

手続きは意外と簡単。
区役所の特定健診は予約不要。がん検診も取扱医療機関への電話1本で簡単に予約出来ます!

今度にしようはもったいない!

Q たくさん費用がかかりそう。



健診には補助が出るため、お得に受けられます。
特定健診は無料、がん検診も安心価格。(胃がん検診は1,500円、大腸がん検診は300円)
1日人間ドックは自己負担金1万円~1万4千円、節目の年は無料で受けられます。

受けないと損じゃない?

Q 元気だから今年もパス。

受けるメリットはたくさんあります。
・高血圧や糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防
・がんの早期発見に
・検査結果を健康維持のモチベーションに
・医療費も賢く節約

自分の体のことを知るチャンス!!



Q どこで受けられるの? 遠いのは嫌だし。

淀川区役所や大阪府内約4,500か所の取扱医療機関で受診出来ます。
淀川区以外の医療機関でも受けられるよ

あなたにピッタリなのはこの「けんしん」! ~推奨プラン~

まだまだ健康には自信はあるけど。



特定健診(40歳~74歳)

健診内容
問診、身長・体重・血圧測定、尿検査・血液検査等

家族に心配かける前に予防。



特定健診にがん検診をプラス

健診内容
胃がん・大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がん検診

節目の年だし、体のことが気になる。

1日人間ドック(40歳・45歳・55歳、65歳)

健診内容
問診、身長・体重・血圧測定、尿・便検査、血液検査、心電図、聴力・眼検査、胃部エックス線検査、超音波検査等



〈ご予約・お問合せはお気軽に〉

特定健診の受診券に関すること

問合せ 窓口サービス課(保険)
4階43番 ☎6308-9956

健診内容・健診場所、がん検診の予約

問合せ 保健福祉課(健康づくり)
2階22番 ☎6308-9882



詳しくはホームページから

お得な健康アプリ「アスマイル」ですらにお得に! 健康に!

大阪府が提供する「おおさか健活マイレージアスマイル」を日々の健康づくりに取り入れてみませんか?朝食を食べる、歩く、歯を磨く、けんしんを受けるなどの毎日の健康活動でポイントが貯まり、貯まったポイントで飲み物や電子マネー等が当たる抽選に参加できるアプリです。

問合せ おおさか健活マイレージ アスマイル事務局
☎6131-5804 受付時間 9:00 ~ 17:00
☎6452-5266



アプリのダウンロードはこちらから ▶▶▶



生涯学習で、もっと充実した毎日にしませんか?

生涯学習ルームは、淀川区内の小学校の特別教室などで、多彩な講座などを通して自主的な文化・学習活動や交流ができる場です。パソコンや英会話教室といった実用的なものから、ハンドクラフトやコーラス、スポーツなどの健康づくりまで様々なものがあります。

講座の詳しい内容は、淀川区HPや区役所4階の生涯学習情報コーナーでチェックしてみてください!

ピックアップ! 生涯学習ルーム見学レポート

三国小学校 ～ニュースポーツ体験講座～

今回体験したのは「スポーツ吹矢」と「ラダーゲッター」です。運動が苦手でも簡単にプレーできて、自分たちの工夫次第でいろいろな楽しみ方ができるスポーツでした。健康にも良く、幅広い世代が一緒になってコミュニケーションを深められる講座でした!

ラダーゲッター



▲ラダー(はしご)にボールを投げて引っ掛けます。

丸い的を吹矢で狙います!



スポーツ吹矢

木川小学校 ～木川パソコンクラブ～

パソコンクラブは子どもの部と大人の部があって、どちらの講座も大人気! 担当の先生はいつも笑顔で優しく丁寧! 和気あいあいとした雰囲気の中、皆さんが楽しみながらパソコンの操作を学ばれていました。

子どもの部



▲子どもの皆さんの飲み込みの早さにびっくり!

▼担当の先生が一人一人丁寧に教えてくれます。



大人の部

他の講座の見学レポートも、淀川区HPに掲載しています。

問合せ 市民協働課(教育支援)4階41番 ☎6308-9415



所得税・復興特別所得税、個人市・府民税の申告が始まります

所得税及び復興特別所得税の確定申告

期間 **2月17日(月)～3月16日(月)**

9:15～16:00 ※土・日・祝を除く

ただし、次の日程については開設します。

2月24日(月・祝)、3月1日(日)9:15～16:00

申告会場 梅田スカイビル タワーウエスト10階アウラホール
(JR大阪駅中央北口から徒歩7分・
阪急大阪梅田駅茶屋町口から徒歩9分)

※税務署内には申告書作成会場は開設しておりません
作成済みの還付申告書は2月14日(金)以前でも、
郵送または税務署窓口で提出できます。
※申告書は国税庁ホームページでパソコンやスマートフォンを
使って作成できます。
※e-Taxのご利用が便利です。

問合せ 東淀川税務署 ☎6303-1141

市・府民税の申告

市・府民税の申告義務がある方は市・府民税の申告をお願いします。

期間 **2月17日(月)～3月16日(月)**

9:00～17:30(金曜日は19:00まで)

※土・日・祝を除く

申告受付会場 梅田市税事務所

臨時申告受付会場 区役所6階会議室

※臨時申告受付会場への電話でのお問合せはご遠慮ください

※2月17日(月)から1週間程度は、窓口が大変混み合いますので、
下記事前申告受付会場もご利用ください。

※所得税の申告に関する受付は行っておりません。

事前申告受付会場を設置します。

期間 **2月3日(月)～14日(金)**

9:00～17:30(金曜日は19:00まで) ※土・日・祝を除く

申告受付会場 梅田市税事務所

問合せ 梅田市税事務所(市民税等グループ)

☎4797-2953