

● 乳がんから大切な命を守るため 母の日メッセージカードで伝える思いやり

乳がんは誰でもかかる可能性があります。自己チェックや検診で早期に発見することが大切です。自分や自分の大切な人のためにできることを考えてみませんか。

問 健康推進課 (☎222-9936 FAX228-7943)

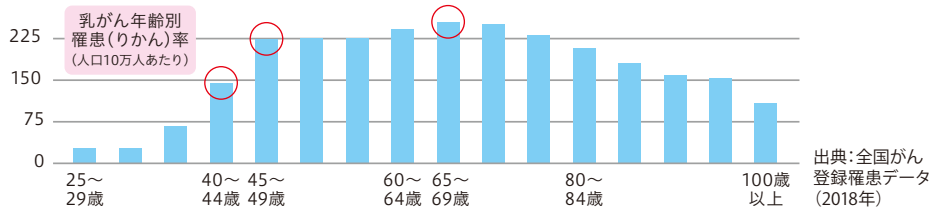
どのくらいの確率でかかるの？

乳がんは日本人女性が発症するがんのなかで最も多く、身近な病気の一つです。



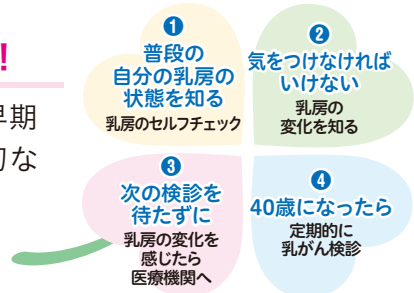
どの年代がかかりやすいの？

40代の人から急に多くなり、60代後半でピークを迎えます。



日頃の生活に取り入れよう！

次の4つのポイントで、乳がんの早期発見・早期治療につながる大切な生活習慣を身につけませんか。



お花と一緒に大切な思いを届けよう
～母の日メッセージカード～

早期発見が大切です
母の日にちなみ、市内の生花店協力店舗で、乳がん啓発のメッセージカードを配布します。



対象店舗はこちら



お花を贈る人も贈られる人も、この機会に乳がんのことを考えるきっかけにしてほしいです！感謝の気持ちとともに、検診の大切さを伝えませんか



健康推進課職員

来年3月末まで 無料でがん検診を受けられます

詳しくは、堺市がん検診総合相談ポータル(QRコード)へ



● 健診や人間ドックで生活習慣病を予防しよう

毎年健診や人間ドックを受けていますか。病気の予防のために症状が現れる前の早期発見が大切です。

問 医療年金課 (☎228-7375 FAX222-1452)

● 健診は無料で、人間ドックは助成が受けられます

対象 後期高齢者医療制度の被保険者 期間 いずれも来年3月31日までの年度内1回



体に異変がないので健康診断や人間ドックを受けなくてもいいですね？

疾病の初期の段階では自覚症状がないこともあり、毎年受けることが大切です。受診だけでなく、結果を確認し、日々の生活に生かしましょう。



医療年金課職員

	内容	送付	申込	問合せ
無料健康診査	問診、身体測定、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査	4月下旬(新たに被保険者となった方にはその翌月)に受診券	実施医療機関へ	医療年金課 (☎228-7375 FAX222-1452)
無料歯科健康診査	歯や歯肉・口腔衛生の状態などのチェック	4月下旬(新たに被保険者となった方にはその翌月)に「歯科医院リスト」	リスト記載の医療機関へ予約	

※医療機関での歯科健康診査が困難な方へは、訪問による健診もできます。在宅歯科ケアステーション(美原区以外☎243-1902 FAX243-3088、美原区☎368-6650 FAX368-6657)か医療年金課

	内容	申込	問合せ
人間ドック受診費用一部助成	2万6,000円を限度に助成	受診・全額支払い後 区役所保険年金課へ	大阪府後期高齢者医療広域連合給付係 (☎06-4790-2031 FAX06-4790-2030)か 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

◎人間ドックを受診された人は健康診査を受ける必要はありません。

● 認知症のこと一人で抱え込まず話してみませんか？

認知症のことについて相談や質問はありませんか。市では認知症のことについて気軽に話ができるイベントを定期的開催しています。

問 堺市社会福祉協議会 包括支援センター統括課 (☎238-3636 FAX238-3639)

● 認知症本人ミーティング

- 認知症の方やその家族、支援者の方が交流し、情報交換をする集まりです。
- ◎日時 5月19日(木)13時30分～15時30分
- ◎場所 大仙公園 日本庭園(堺区大仙中町)
- ◎参加費 無料(飲食代は自己負担)
- ◎申込 住所・氏名・電話番号を電話かFAXで、5月18日までに問へ 先着20人

● 30～50代のための認知症介護教室

- 認知症介護の疑問を認知症サポート医や専門職に相談できます。
- ◎日時 5月15日(日) 13～15時
- ◎場所 メゾン・ド・イリゼ(北区長曾根町183-5 堺市産業振興センター内)
- ◎参加費 無料(飲食代は自己負担)
- ◎申込 住所・氏名・電話番号を電話かFAXで、5月13日までに問へ 先着15人

参加者の声

日本庭園を散歩したり、お茶をしたりして、他の人と交流するいい機会になりました。

