

認知症マフ講座

無料 要申込

認知症マフとは、認知症の人が触れることで気持ちを落ち着かせるものです。イギリスが発祥で、病院や介護施設で活用されています。毛糸や布でできていて、内側や外側にボタンなどの飾りがついています。おしゃべりしながら、いっしょにつくりませんか？



とき・内容

	とき	内容
1回目	1月18日(土) 13:30～15:00	認知症マフとは…? 認知症サポーター養成講座
2回目	2月8日(土) 13:30～15:00	認知症マフをつくらせよう!

※材料はこちらで準備します。

**ところ** 生野区在宅サービスセンター2階 多目的室  
**対象** 認知症に関心がある方  
**定員** 30名  
**申込み** 認知症強化型生野区地域包括支援センター  
**問合せ** 担当:仲村・高橋 ☎6712-3103



各種相談・教室

**精神科医による相談** 無料 要予約  
**とき** ・1月16日(木) 14:00～  
 ・2月 4日(火) 13:30～  
**ところ** 区役所 2階相談室  
**対象** こころの変調にお悩みの方(ご家族・支援者も可)

**酒害教室** 無料  
**とき** ・1月14日(火) 14:00～16:00  
 専門医のミニ講座「アルコールと薬物依存症」、当事者体験談  
 ・1月28日(火) 14:00～16:00  
 保健師のミニ講座「うつ病予防」、当事者体験談  
**ところ** 区役所 2階集団検診室  
**対象** アルコール問題を抱えている方、その支援者等

**統合失調症の家族教室** 無料  
 ※初めての方は必ず事前にご連絡ください  
**とき** 1月22日(水) 14:00～16:00  
**ところ** 区役所 2階計測室  
**対象** 統合失調症をお持ちの方のご家族  
**内容** 保健師の話「アンダーコントロールのテクニックと実践」、家族同士の交流等

**いくみんのつどい** 無料  
 (精神障がいをお持ちの方の教室)  
 ※参加希望の方は必ず事前にご相談ください  
**とき** 1月20日(月) 13:30～15:30  
**ところ** 区役所 2階集団検診室  
**対象** 統合失調症等治療中で主治医の許可がある方  
**内容** コミュニケーションゲーム、好きな音楽を紹介しよう、ミーティング等

各種相談・教室のお問合せは……………  
**問合せ** ☎保健福祉課 2階23番  
 ☎6715-9968 FAX6712-0652

特定健診の受診券は3月31日まで有効です

無料

大阪市国保では、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。

特定健康診査の日程

**とき** 2月13日(木) 9:30～10:30 **ところ** 保健福祉センター(区役所)  
 3月 3日(火) 9:30～10:30

**対象** 国民健康保険に加入の40～74歳までの方(年度中40歳になる方含む)、または後期高齢者医療制度に加入している方

**持ち物** 受診券と被保険者証。前年度の結果(お持ちの方のみ)

**問合せ** ・国民健康保険の受診券について ☎窓口サービス課 4階48番 ☎6715-9956 FAX6717-1161  
 ・健診内容・健診場所については ☎保健福祉課 2階24番 ☎6715-9882 FAX6712-0652  
 ・後期高齢者医療制度の受診券について 大阪府後期高齢者医療広域連合給付課  
 ☎4790-2031 FAX4790-2030

お早めに!



区役所でのがん検診・歯科相談・結核健診

通常は約4,000円～約14,000円のがん検診が、無料～1,500円で受けることができます。

**申込み** 電話または来庁(定員になり次第終了。予約受付は検診の14日前で終了。)

※1月11日(土)の骨粗しょう症検診が追加になりました。ぜひご予約下さい。

※市民税非課税世帯の方などは無料。詳しくは(問合せ)まで。

**問合せ** ☎保健福祉課 2階24番 ☎6715-9882 FAX6712-0652

★…特定健診(40歳以上)併設日

内容	とき	対象	料金
胃がん検診 大腸がん検診 肺がん検診 <b>要予約</b>	1月29日(水) 2月13日(木)★	9:30～10:30 40歳以上	胃…500円(X線) 大腸…300円 肺…無料(X線) ※400円(喀痰検査)
乳がん検診 (マンモグラフィ) <b>要予約</b>	2月17日(月) 13:30～14:30 3月 3日(火)★ 9:30～10:30	40歳以上で 大正・昭和の 偶数年生まれの女性	1,500円
骨粗しょう症検診 (骨量検査) <b>要予約</b>	1月11日(土) 9:30～10:30 2月17日(月) 13:30～14:30 3月 3日(火)★ 9:30～10:30	18歳以上	無 料
結核健診	1月14日(火) 2月 4日(火)	10:00～11:00 15歳以上	無 料
歯科相談	1月29日(水) 9:30～10:30 2月17日(月) 13:30～14:30 3月 3日(火)★ 9:30～10:30	年齢制限無し	無 料

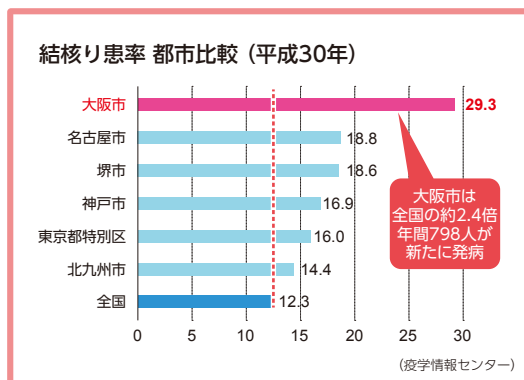
いくみんカラダ通信

大阪市の結核り患率※は、**ワースト1**です!  
 都道府県・政令指定都市で

なんと全国平均の約2.4倍!

大阪市の中でも、生野区は結核り患率が3番目に高くなっています。

※結核り患率:新たに結核患者として登録された人の割合(人口10万対)



こんな症状が続くときは「結核かも!?!」



結核は早期発見が大事!

結核は、レントゲン検査・たんの検査などで発見できます。早期発見であれば通院治療ですみますが、発見が遅れると、たんの中に結核菌が現れ入院治療が必要になります。

**問合せ** ☎保健福祉課 2階23番  
 ☎6715-9968 FAX6712-0652

高齢になると発病リスクが高まります!  
 区役所での「結核検診」をご利用ください

無料 予約不要

**対象** 15歳以上の市民  
**内容** 胸部エックス線撮影  
**ところ** 生野区役所 2階  
**実施日** 1月14日(火)、2月4日(火)、3月10日(火)  
**受付時間** 午前10:00～11:00  
 ☎保健福祉課 2階24番 ☎6715-9882

年に1回は受けましょう