

### 最適な医療・介護サービスを受けるために役立つカード A(ええ)ケアカード

Aケアカードをお持ちいただくと、医療・介護サービス提供者が利用者の状況(病状・身体状況など)をリアルタイムで共有・相談できるため、利用者にとって最適な医療や介護ケアを行うことができます。ぜひご利用ください!



#### 事業者の声(訪問看護ステーション) 「Aケアカードがどんどん進化しています」

Aケアカードで連携していれば、利用者さんの様子に変化があった時やお薬が変わった時などリアルタイムで確認でき、チャットで気になったことなどを発信しておけば、関係職全員で情報共有でき、アドバイスなどがもらえ、とても仕事がやりやすくなります。ACP(アドバンス・ケア・プランニング)のメッセージシートの記入もできるようになり、何気ない会話から出た思いも残しておくことができるようになっています。でもまだまだ利用されている方は少ないように思いますので、これからもっと活用が広がってほしいなと思います。

問合せ 区 保健福祉課(保健)  
TEL 6647-9882 FAX 6644-1937  
Aケアカード参加機関一覧はこちら

### 統合失調症など家族教室のご案内

「こんな時はどうしたらいいのかな?」「どうしたら上手いくのかな?」家族だからこそわかる経験やアイデアを、ご家族同士で語り合い、出し合って元気になりましょう。



内容 アイデアを出し合って問題解決!  
日時 11月9日(木) 14時~16時  
場所 区役所  
対象 「統合失調症など精神疾患と診断された方」の家族  
申込 事前に電話にて受け付け  
問合せ 区 保健福祉課(地域保健活動)  
TEL 6647-9968 FAX 6644-1937

### 精神科医師による こころの健康相談

「最近よく眠れない」「気持ちが落ち込む」「なぜか不安」「イライラする」「受診した方がいいのかな」など、こころの健康のご心配はありませんか? 解決に向けて一緒に考えていきましょう。



日時 11月17日(金)、22日(水)午後  
場所 区役所 申込 事前に電話にて受け付け  
問合せ 区 保健福祉課(地域保健活動)  
TEL 6647-9968 FAX 6644-1937

### 健診・検診などのお知らせ

種別	実施日時(受付時間)	対象	費用	場所
乳幼児健診	3か月児健診*	11月8日(水) 9時~ 12月13日(水) 9時~		区役所 3階
	1歳6か月児健診*	11月2日(木) 13時20分~ 12月7日(木) 13時20分~	無料	
	3歳児健診*	11月30日(木) 13時20分~	無料	
	*乳幼児健診の対象は予定で変更になる場合があります。対象の方へは事前に通知します。当日、健診の都合により時間が前後する場合があります。			
結核健診(胸部X線間接撮影)	11月1日(水) 10時~11時	大阪市民で15歳以上の方	300円	区役所 3階
大腸がん検診(免疫便潜血検査)	12月1日(金) 9時30分~10時30分	大阪市民で40歳以上の方 <年度中に1回の受診>	要予約	
肺がん検診(胸部X線撮影・かく痰検査)	(検診実施日のおよそ3週間前に予約の締切となります。)	(肺がん検診でかく痰検査の受診は、50歳以上でよく喫煙される方など)	無料 かく痰検査は400円	区役所 7階
乳がん検診(マンモグラフィ検査) *視触診はありません	12月1日(金)9時30分~10時30分 12月10日(日) 13時30分~14時30分 (検診実施日のおよそ3週間前に予約の締切となります。)	大阪市民で40歳以上の女性かつ前年度受診されていない方 (2年に1回の受診)	要予約	
骨粗しょう症検診	12月1日(金)9時30分~10時30分	大阪市民で18歳以上の方	要予約	区役所 7階
歯科健康相談	12月1日(金)9時30分~10時30分	すべての方	無料	
特定健康診査・後期高齢者医療健康診査<集団健診>	11月3日(金・祝) 9時30分~11時 12月1日(金)9時30分~11時	・大阪市国民健康保険に加入の方で年度中に40歳以上になる方など ・後期高齢者医療保険に加入の方	無料	

\*がん検診では、後期高齢者医療被保険者証・高齢受給者証をお持ちの方、市民税非課税世帯・生活保護世帯の方で証明書類をお持ちの方は料金が免除されますので、検診当日に証明書類を提示してください。

問合せ 区 保健福祉課(保健) TEL 6647-9882 FAX 6644-1937

### 健康広場!

予約は簡単! 特定健診とがん検診!

生活習慣病予防のための「特定健診」、がんの早期発見のための「がん検診」は定期的に受けることが大切です。予約方法は簡単4ステップ! まだの方はぜひ受けましょう!

STEP.1  
受診場所を決める

STEP.2  
浪速区役所で受ける  
浪速区ホームページで日程を調べる  
医療機関で受ける  
大阪府医師会「市民検診検索システム」から受診する医療機関を決める

STEP.3  
浪速区役所に電話をして予約する  
※特定健診は予約不要です  
医療機関に電話をして予約する

STEP.4  
当日受診する

●特定健診受診券に関すること 問合せ 区 窓口サービス課(保険年金・保険) TEL 6647-9956 FAX 6633-8270

●がん検診・その他特定健診に関すること 問合せ 区 保健福祉課(保健) TEL 6647-9882 FAX 6644-1937

対象者・内容・料金については浪速区ホームページをご参照ください。

### 生涯骨太クッキング

みんなで楽しくお昼ご飯をつくりませんか? 料理が苦手な人でも大歓迎! 年齢に応じた健康づくりをテーマに、栄養士による講話もあります。

内容 お話と調理実習  
日時 12月15日(金) 10時~13時  
場所 区役所3階 栄養講習室  
対象 区内在住の18歳以上の方  
費用 500円 定員 15名  
持物 エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル、筆記用具  
申込 11月1日(水)~12月1日(金)までに電話、または二次元コードからお申込みはこちらから

問合せ 区 保健福祉課(保健) TEL 6647-9882 FAX 6644-1937

### 離乳食講習会

離乳食のすすめ方についての講習会を毎月開催しています。お気軽にご参加ください。

内容 離乳食のすすめ方についての講話、調理実演、個別相談  
日時 12月6日(水) 10時30分~11時30分  
※受付は10時15分から  
場所 区役所3階 集団検診室  
対象 生後6~7か月の赤ちゃんとその保護者  
※生まれ月は目安です。前後の月に来ていただいても構いません。  
※保護者の方のみのご参加も可能です。  
持物 冊子「にこにこ」(3か月児健診にて配布)、筆記用具

問合せ 区 保健福祉課(保健) TEL 6647-9882 FAX 6644-1937