

福祉

障害者手帳の住所変更

手帳の住所と現住所が違う場合は、住所変更の手続きが必要ですが、手続きに必要なのは、個々に異なります。お問合せください。

手続き・問合せ先 障害福祉課 ☎072-433-3701、FAX 072-433-3108

青い鳥郵便はがきを差し上げます

対象 身体障害者手帳1・2級または療育手帳Aをお持ちの方

枚数 一人20枚

申込 身体障害者手帳または療育手帳を持参し、市内郵便局へ。代理人による申込可

締切 6月1日(月)

問合せ先 障害福祉課 ☎072-433-7012、FAX 072-433-1008

2、貝塚郵便局 ☎0570-943-371

視覚障害者のための教養講座ホッとワーク

日時 5月26日(火)午前10時～11時

講師 沖繩三線サークル遊び場

内容 沖繩三線を楽しもう

場所・申込・問合せ先 中央公民館 ☎072-433-7222

市民後見人養成講座

「市民後見人」は弁護士などの資格を持たない、親族以外の市民による成年後見人のことです。

かいつか介護予防マイレージリニューアルします!

5月11日から健康アプリ「かいつか介護予防マイレージ」が新アプリになり、より使いやすくなります!

現在、マイレージをご利用の方は6月30日までに新アプリへ移行してください。

- 主な変更点**
- ・アプリのインストールが簡単に!
 - ・自動で歩数を計測します!

問合せ先 高齢介護課 ☎072-433-7010

QRコード:  ホームページ



判断能力が十分でない方の権利を擁護するため、財産管理・身上保護などを行います。

◆オリエンテーション

日時 6月13日(土)午前9時50分～正午

場所 ops01福祉総合センター(岸和田市)


定員 50人(定員になり次第締切)

◆養成講座

対象 次の全てを満たす方

- ①オリエンテーションに参加
- ②3月31日時点での年齢が25歳以上70歳未満
- ③市内在住または在勤

※講座は9月以降11回予定。

申込方法  申込

電話・ファック ☎06-6764-7786

ス・二次元コードで※申込書は市高齢介護課にあります。

申込・問合せ先 大阪府社会福祉協議会権利擁護推進室 ☎06-6764-7786、FAX 06-6764-7781

健康

5月は「ギャンブル等依存症問題啓発月間」

あなた自身やあなたの周



栄養教室と運動教室

◆栄養教室 「つげさん食堂」(昼食・野菜摂取量測定付き)

日時 5月29日(金)午前10時50分～午後1時

場所 保健所 同庁舎3階 大会議室

講師 管理栄養士・保健師

内容 高血圧の予防・改善のために、今日からできる減塩のコツ

参加費 500円(昼食代)

持物 日頃使っている茶碗・筆記用具・健康手帳(お持ちの方)

締切 5月21日(木)

※食物アレルギーのある方は申込時にお伝えください

※子どもの保育(生後6カ月～就学前)を希望の場合は、要事前申込。

りの人で、ギャンブルなどをやめたくてもやめられないと悩んでいる人はいませんか。

本人や家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。

問合せ先 大阪府こころの健康総合センター ☎06-691-2818

申込不要!

熱中症予防イベント



熱中症予防の知識を楽しく身につけ、本格的な夏の到来に備えましょう!


日時 5月22日(金)午後1時～4時

場所 市役所1階エントランスホール

出展者 健康かいつか応援企業、食生活改善推進協議会

内容 お薬相談・ミニゲーム・食事バランス診断・体内糖化度検査・クイズラリー・抽選会など

問合せ先 健康推進課 ☎072-433-7091

QRコード:  ホームページ

ほっ スピタル・かいつか

問合せ先 貝塚病院 ☎072-422-5865

かかりつけ医をもちましょう

当院は、地域の医療機関と役割分担を行いながら、より専門的な検査や治療を担う紹介受診重点医療機関となっています。

体調に不安があるときは、近くのかかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医の先生が必要と判断した場合、紹介状を通じて当院で専門的な診療や精密検査・入院治療などを行います。また、紹介状をお持ちでない初診の場合には、制度により選定療養費(7,700円)をご負担いただくことがあります。

当院では、専門的な検査や治療が必要な時期に集中的に診療を行い、病状が安定した後は、日常の診療や継続的な健康管理をかかりつけ医へ戻す「逆紹介」を積極的に行っています。身近な医療機関で継続して診療を受けることで、日常的な健康管理や体調の変化へのきめ細かな対応が可能になります。症状が落ち着いた患者さんを地域の医療機関へ戻すことで、当院ではより専門的な医療や緊急性の高い患者さんへの対応の充実を図ることができます。

また、かかりつけ医から再度紹介があった場合には、必要に応じて当院で専門的な診療を行います。地域の医療機関と当院が連携し、それぞれの役割を生かすことで、患者さんにとって安心して質の高い医療を提供できます。

市民の皆様には、かかりつけ医を持っていただき、紹介状を通じた受診に理解と協力をお願いします。

当院はこれからも地域の医療機関と連携し、安心して医療を受けていただける体制づくりに努めます。

貝塚市医師会

☎072-423-4130

白内障の治療

白内障は眼内にあるカメラのレンズに相当する水晶体が混濁する高齢者に頻度の高い疾患です。

白内障の主な原因の一つに水晶体の酸化があり、抗酸化作用のあるサプリの効果も期待されましたが、臨床試験で有効性が証明されませんでした。サプリには加齢黄斑変性症の一部にある程度の効果が証明されていますが、有効性が科学的に認められ医薬品に近いものから、有効性が証明されていないが販売活動が活発なものまで、いろいろあります。そのため注意が必要で、サプリを考えている方は一度かかりつけ医にご相談ください。

次に点眼薬では、よく処方されているピレノキシン点眼薬があります。これは水晶体にあるクリスタリンというたんぱく質の変性を防ぎ、効果は限定的ですが白内障の進行を予防する結果が出ています。ただ残念ながら混濁した水晶体を再透明化する効果はありません。また2015年に水晶体を再透明化させる薬品が報告され、将来の実用化が期待されています。

現在のところ手術が有力な選択肢の一つです。また大切なことは糖尿病が白内障の原因の一つで、糖尿病の治療と予防が白内障の予防につながるということです。