

子育て

特認校 永寿小学校
見学会・説明会

日時 10月1日(木)午前9時30分～正午、10月31日(土)午前10時～午後0時30分(申込不要)
場所 永寿小学校(三ツ松2020、☎072・446・1855)
※車でお越しの場合は、永寿小学校へご相談ください。
問合せ先 学校教育課 ☎072・433・7113

就業支援講習会
「日商簿記3級試験対策講座」



期間(全11回) 10月25日(金)～令和9年1月24日(日) 日曜午前10時～午後4時
場所 高槻市立総合市民交流センター
対象 ひとり親家庭の親・ひとり親家庭を経た寡婦・離婚前の困難を抱える父母の方
定員 25人(多数の場合は抽選)
受講料 5000円
申込 往復はがき・ホームページで
締切 9月25日(金)必着
申込・問合せ先 〒537・0025 大阪市東成区中道1・3・59 大阪府立母子・父子福祉センター内
母子家庭等就業・自立支援センター
☎06・6748・0263 詳しくはこちら

大阪府子どものための
パパママ講座

離婚前後の方を対象に養育費や親子交流の基礎知識などを学べる講座です。
日時 ①9月30日(水)②10月30日(金)③11月21日(土)④12月12日(土) 午前10時～11時30分
※③・④は託児あり。
場所 ①大阪梅田ツインタワーズノース26階会議室②サンスクエア堺研修室③・④大阪府立母子・父子福祉センター
定員 各10人(オンラインは100人。多数の場合は抽選)
申込 各日程の2日前までにホームページで
申込・問合せ先 大阪府立母子・父子福祉センター内
母子家庭等就業・自立支援センター
☎06・6748・0263



健康

依存症理解啓発市民
セミナー

日時 10月31日(土)午後1時30分～3時30分
場所 梅田センタービル16階大会議室
内容 「ギャンブル等依存症の治療・回復について」小原圭司様(社会医療法人正光会松ヶ丘病院名誉院長) 100人(定員になり次第締切)
申込 10月16日(金)午後5時までに二次元コードで

医療機関	インフル	コロナ	医療機関	インフル	コロナ	医療機関	インフル	コロナ
青山クリニック	○	○	川崎こどもクリニック	○	○	中谷医院	○	○
あおやまYOUクリニック	○	○	河崎病院	○		西居クリニック	○	○
あかね・レディースクリニック	○		かなみふじたクリニック	○	○	にし内科胃腸科	○	○
石谷医院	○	○	市立貝塚病院	○		ふくしま内科・循環器クリニック	○	○
いずみ診療所	○		清名台外科	○	○	物部小児科・内科	○	○
磯部胃腸科・内科	○	○	竹内小児科・内科医院	○		山口整形外科	○	
いたに医院	○	○	たなか整形漢方クリニック	○	○	ゆかわクリニック	○	○
いとうクリニック	○	○	田村医院	○	○	良田医院	○	○
浦川整形外科	○		辻本内科・胃腸科	○	○	よねざわ内科クリニック	○	○
おさきマテイクリニック	○		中診療所	○	○			
貝塚記念病院	○	○	なかいクリニック	○	○			
貝塚西出クリニック	○	○	なかたクリニック	○	○			



申込・問合せ先 大阪府こころの健康総合センター相談 ☎06・6691・2818
談支援・依存症対策課



高齢者の定期予防接種

期間 10月1日(木)～12月31日(木)
対象 接種当日①65歳以上の市民②60～64歳で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害があり日常生活が極度に制限される方(身体障害者手帳1級相当)

費用 インフルエンザ…1000円、新型コロナ…8000円(生活保護受給者・市民税非課税世帯の方は事前に要申請。無料接種券を交付。接種後の申請の助成は不可)
持物 マイナンバーカードなど住所・氏名・生年月日などが確認できるもの、身体障害者手帳②の方のみ
※市外に入院・入所者は要問合せ
直接左表の実施医療機関に予約し期間内に接種してください。
申請・問合せ先 健康推進課 ☎072・433・7091

消防

まもろう！救急医療
9月9日は救急の日



毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」として、救急医療・業務に対して皆さんに正しい理解と認識を深めていただくとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的として全国的に実施されています。
すべての人が安心して救急医療を受けられるように救急車の適正利用をお願いいたします。
問合せ先 消防本部警備課 ☎072・422・9200

広告

貝塚市薬剤師会 ☎072-433-2222

水分補給できていますか？

9月に入りました、暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続いています。
残暑が続くこの時期、水分はとれていますか？のどが渴いたと感じた時点で、すでに脱水が始まっています。大切なのは渴く前に水分をとること。「時間を決めて規則的に飲む」ことを心掛けましょう。
たとえば、食事の時以外に入浴前後、起床時(就寝時コップ一杯分の汗をかきます)、就寝前(脳梗塞・心筋梗塞などの予防に重要)などに、1回にコップ一杯を7～8回飲むようにしてください。
それで、日常的に何を飲むのが良いのか。カフェインレスの麦茶・ほうじ茶や水が挙げられます。経口補水液は、すでに脱水症状がある場合や大量に汗をかいた時だけ飲むようにしてください。塩分が高いため日常飲料には不向きです。また、スポーツドリンクも糖分が多いので、日常的にはお勧めできません。また、疾病によっては水分制限があります。かかりつけ医やかかりつけ薬剤師に相談してください。
「秋口だから大丈夫」という油断が危険です。のどが渴く前の「先手給水」で脱水を予防して、秋の祭りや運動会を楽しんでください。

貝塚市医師会 ☎072-423-4130

軽度認知障害(MCI)をご存知ですか？

超高齢社会に入り、認知症は身近な疾患になってきました。特にアルツハイマー型認知症は高齢者に多い疾患で、脳にアミロイドβと呼ばれる老廃物が約20年かけて蓄積し、高齢になって認知症が発症すると言われています。残念ながら進行すると認知症は元に戻りません。
認知症になる前の、正常と認知症の間を軽度認知障害(MCI)といい、この時期は平均7年程あり治療可能なため、早期の気づきが重要です。軽度認知障害の時期であれば、新しい認知症治療薬である抗アミロイドβ抗体薬と呼ばれる脳に蓄積したアミロイドβを除去する薬剤の点滴を、2～4週に1回の間隔で1～1年半行うことで病状の進行を遅らせることができます。
1年前と比べて物忘れが進み、家族や知人も気づいて心配しているのに、単なる物忘れとして放置していませんか。貴重な7年間を何もせずに過ごさないよう、認知症の専門医療機関を受診し、認知症の新しい治療薬の適応などについて相談されることをお勧めします。
生活習慣の改善と高血圧などの治療に加え、脳に対する新しい治療法も考慮しながらQOLの向上を目指しましょう。