

オレンジリボンツリーをつくろう ～児童虐待防止キャンペーン～



保健福祉課ロビーに立てているオレンジリボンツリーに皆さんでメッセージカードを飾りましょう! ツリー用のメッセージカードは区役所で用意しています。
【日時】11月1日(水)～24日(金) 【場所】保健福祉課ロビー(区役所2階)
【問合せ】子育て・教育 **2階25番** ☎4809-9854

一人で悩まないで! まずは病気を知って、語ろう!

無料

●家族教室

統合失調症で治療中の方のご家族を対象に実施します。病気を正しく理解し、ご本人への接し方を学び、同じ悩みを持つ家族が日々の不安や思いを話す場となっています。

【実施日】毎月第4火曜日 14:00～16:00
【場所】区役所出張所 3階(東淡路4-15-1)

●酒害教室

アルコール問題を抱え回復をめざしている方と、そのご家族や支援している方を対象に実施します。アルコール問題について、正しい知識を持ち理解を深めたい方、どなたでもご参加ください。

【実施日】毎月第1水曜日 14:00～16:00
【場所】区役所出張所 3階(東淡路4-15-1)

【申込・問合せ】健康相談 **2階24番** ☎4809-9968



東淀川図書館ガイド

無料

●「なにわ語り部の会」のおはなし会

素語りで昔話などの物語を語ります。

【日時】11月25日(土) 13:30～14:00

【対象】子どもから大人まで 【定員】30名(当日先着順)

●はじめての資産運用講座

図書館★近畿財務局共催講座～投資未経験者、初心者向けです～

【日時】12月3日(日) 14:00～15:30

【対象】どなたでも 【定員】先着20名

【申込方法】11月19日10:00～電話・来館にて受付

【問合せ】東淀川図書館(東淡路1-4-53) ☎6323-5476



ふれあい学びあい 生涯学習ルームへようこそ! 15～大隅東校区～

大隅東小学校生涯学習ルームでは、民謡、女性コーラス、手芸、エアロビの講座を開講中です!皆さんと体を動かし、声を出し、心も体も豊かになります。ぜひ、お気軽に参加してください!

【問合せ】子育て・教育 **2階25番** ☎4809-9517



主人公は中学生! 東淀川区「中学生区政会議」を開催しました

7月20日(木)、区民ホールにて区内8中学校の生徒16名が参加して、区長と意見交換を行う「中学生区政会議」を開催しました。

生徒からは、学校給食や学校設備、公園や道路、防災や防犯対策など様々な分野での意見・質問をいただきました。いただいた意見・質問に対し、区長および区役所職員より現状や対策などについて回答し、地域のことを一緒に考えるきっかけになりました。

参加した生徒からは「疑問に思ったこと、気になることについて、質問を通してたくさん知ることができたのでとても興味深かった」や「意見交換ができてよかった」といった感想が聞かれました。東淀川区の一員としてまちづくりにつなげていこうとする意識が芽生えたように感じられ、とても有意義な会議となりました。

【問合せ】子育て・教育 **2階25番** ☎4809-9517



健康づくり教室

心の健康のための音楽療法

うつ病をはじめとする精神疾患の数は近年増加しており、医療の一環としての音楽療養は精神科領域で効果が認められてきつつあります。音楽療法を皆さんの精神疾患の改善に役立てて頂きたいと思っておりますので、ぜひご参加ください。

【日時】11月8日(水) 14:00～16:00

【場所】東淀川区医師会館 3階講堂(豊新2-3-7) 【定員】60名

【申込・問合せ】東淀川区医師会 ☎6320-2226



子育て情報講座 「冬の健康～感染症予防～」

無料 申込不要

保健師さんによる「冬の健康～感染症予防～」についてのお話です。

【日時】11月16日(木) 11:20～11:45

【場所】東淀川区子ども・子育てプラザ 講習室B

【定員】なし 【一時保育】なし

【問合せ】東淀川区子ども・子育てプラザ ☎6327-5650



子ども・子育てプラザの月間行事はこちら

保健師の健康一口メモ

ナンバー **62**

インフルエンザ みんなで知って、みんなで注意!

予防するにはどうすればいいの?

こまめな手洗いを心がけましょう。アルコールを含んだ消毒液で手指を消毒するのも効果があります。普段から栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておきましょう。



予防接種も重要です

●インフルエンザワクチンは、重症化の予防効果が認められています。接種後、免疫ができるまでに約2週間程度かかり(個人差あり)、効果が持続する期間は、一般的に5か月ほどです。

●また、流行するウイルスの型も変わるため、毎年定期的に接種しましょう。

●例年12～3月にかけて流行します。早めに接種しましょう!



【問合せ】健康相談 **2階24番** ☎4809-9968

子育て×モ

無料 予約不要

※保健福祉センター(区役所2階)で実施

●BCG接種

予防接種手帳・母子健康手帳をお持ちください。

【日時】11月14日(火)・12月12日(火) 14:00～15:30

【対象】生後12か月未満の方(1歳の誕生日の前日まで)

※標準的な接種期間は、生後5～8か月です。

【問合せ】感染症(保健企画) **2階22番** ☎4809-9882

●妊婦教室

妊婦さんの交流を中心とした楽しい教室です。



日時	内容
12月4日(月)	歯科健診と歯の健康
12月11日(月) 13:30～15:30	ママと赤ちゃんの健康 ※終了後にリサイクル衣料を提供します。
平成30年1月29日(月)	出産とおっぱい・先輩ママとのお話

【持ち物】母子健康手帳と冊子「わくわく」

●助産師による専門相談

妊娠・出産・授乳・卒乳など気軽にご相談ください。

【日時】11月8日(水)・22日(水)・12月13日(水) 13:30～16:00

【対象】助産師への相談を希望される方

【問合せ】健康相談 **2階24番** ☎4809-9968

