

マタニティウェア・ベビー服・子ども服のリユース

受付回収(東北環境事業センター)および電話申込みによる回収

●受付できるもの

・汚れがなく、再使用できるものであれば少量でも受付します。
・事前に洗濯などをお願いします。

●受付できないもの

・マタニティウェア・ベビー服・子ども服以外の衣類
・ベビー用品(ベビーカー・ベビーベッドなど)、おもちゃ
・傷みや汚れがあり、リユースに向かないもの

●東北環境事業センター受付時間

東北環境事業センターでは、月～土の8:30～17:00の間、市民の皆さんからの持込みを受付しています。
※祝日も受付します(年末年始を除く)。

東北環境事業センターへの電話申込みにより、職員がご家庭まで引取りにお伺いします。

皆さんから提供していただいたマタニティウェア等を、東北環境事業センターなどで展示し、必要とされる市民の方に無料で提供しています。
【実施日】毎月第3土曜日 【展示・提供時間】10:00～12:00、13:30～16:00
【提供点数】1日1回の来場で1名につき2点まで

【問合せ】東北環境事業センター(上新庄1-2-20) ☎6323-3511

あなたも応急手当普及員になりませんか?

あなたの身のまわりで起こる、急な病気…突然のけが…。「呼吸が止まった!心臓が止まった!出血が止まらない!」こんなとき、**救急車が到着するまでの間に、その場に居合わせた方が応急手当を行うことで、尊い命を救うだけでなく、社会復帰の可能性も高めます。**

応急手当普及員とは、所属する事業所の従業員や地域の方などに対して、**AEDの使い方を含む心肺蘇生法を指導していただく指導者**のことですが、応急手当普及員となるには所定の講習などを受講してもらう必要があります。

受講を希望される方は、講習の日程を確認いただき、下記問合せ先に電話でご相談のうえ、所定の用紙でお申し込みください。(申込締切は受講日の4日前です。)

【問合せ】一般財団法人 大阪消防振興協会コールセンター ☎6459-1500(平日9:00～17:30)
東淀川消防署 ☎6320-2172

健康づくり教室 **無料**

ピロリ菌の除菌をめぐるあれこれ～その「常識」は間違っているかも～

ピロリ菌は胃がんの原因です。その一方で「ピロリ菌を除菌したら胃がんにはならない」「ピロリ菌の感染があれば誰でも除菌した方がいい」など誤解されている方も少なくありません。ピロリ菌の除菌をめぐるあれこれについて整理してお話します。

【日時】4月11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】40名(先着順)

【申込・問合せ】東淀川区医師会 ☎6320-2226

東淀川図書館からのお知らせ **無料**

無料

子ども読書の日記念事業「とことこ」のかみしばいの時間 拡大版

おはなしボランティア「とことこ」による楽しい紙芝居の行事です。本物の紙芝居屋さんもやってきます。

【日時】4月21日(土) 14:00～15:00

【場所】東淀川図書館 多目的室

【対象】どなたでも 【定員】50名(当日先着順)

【問合せ】東淀川図書館(東淡路1-4-53) ☎6323-5476



赤ちゃんと楽しむ絵本の会 **無料 申込不要**

無料 申込不要

子育て支援グループ「あっぷるパイ」の皆さまによる絵本の読み聞かせやパネルシアターを楽しみましょう。

【日時】4月19日(木) 11:00～11:30 【一時保育】なし

【場所】東淀川区子ども・子育てプラザ 講習室C

【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



「ピアノのバラバラショー」& 「手作り楽器」で音楽遊び **要申込**

要申込

ピアノのパネルを外しバラバラにして演奏したり、そのピアノや部品に触ったりして、ピアノの構造や音の出る仕組みを楽しく勉強します!そして「トランペットカズー」を皆さんで作って演奏したり、おもしろ楽器体験もできます!

【日時】5月3日(木・祝) 14:00～15:30 【定員】40名(先着順)

【講師】ケセランぱさらん～音曲パラダイスショー～(ピアノクラフトワーク)

【持ち物】トランペットカズーをデコレーションするためのマジック、マスキングテープなど

【参加費】500円 【申込】電話または来館にて申込み

【問合せ】東淀川区民会館(東淡路1-4-53) ☎6379-0700

保健師の健康一口メモ

ナンバー **67**

+10(プラステン)で、健康に!

普段からからだを動かすことで消費エネルギーが増え、糖尿病などの生活習慣病予防につながります。また、気分転換やストレス解消になるだけでなく、脳に刺激を与えるため認知症予防にもなります。

■+10(プラステン)ってなに?

+10(プラステン)とは家事や運動で、今よりも10分多くからだを動かすことです。そうすることで健康寿命を伸ばすことができると言われています。

生活運動

買い物、掃除、階段の上り下り、散歩など

運動

ジョギング、ストレッチ、水泳など



例えば…

- 歩いてみる
- 階段を利用する
- 子どもと遊ぶ

ここから10分増やしてみましょう!

10分歩くと約1000歩です

ご自身にあった方法を見つけてください。

【問合せ】健康相談 **2階24番** ☎4809-9968



子育てメモ

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】4月10日(火)・5月8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

●Hello!マタニティ・クラス(妊婦教室) 抱っこやオムツの替え方などの育児の体験ができる教室です。

日時	内容
5月7日(月)	あたらしい命を迎えるために
5月14日(月)	これから始まる赤ちゃんとの暮らし ※終了後にリサイクル衣料を提供します。
5月28日(月)	お産のイメージづくり

【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】4月11日(水)・4月25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



広告

広告

