シリーズ 子育て支援施設

みんなで子育て!みんなで応援! ✿ 保育園 ✿

関目中央保育園
(関目5-12-6)
☎4255-7575

6月1日に開園したばかりのピカピカの保育園です。保育室、おもちゃ、棚、階段、いたるところに木のぬくもりを感じることができ、ゆったりと家庭で生活しているような雰囲気となっています。

トレジャーキッズ てんのうでん保育園
(天王田13-4)
☎6923-9700

育児担当制保育を取り入れ丁寧な保育をしています。こどもとの愛着関係、おうちの方との信頼関係を築きながら、自信をもって生きていけるよう成長を支えていきます。

がもう保育園
(中央2-10-26)
☎6930-3300

広々とした保育室での立腰・行進・遊び・ワークや、運動会などの行事を通じて、心も体も健やかに成長することができます。ホールや屋上園庭では、のびのびと運動できます。

オレンジリボンは、「子どもの虐待のない社会の実現」をめざす市民運動のシンボルマークです。

城東区子育て情報メールマガジン配信中!

問合せ／保健福祉センター保健福祉課(子育て教育)　☎6930-9068 FAX6932-1295

親子ビクス

申込不要 無料

こども向けのストレッチと楽しい音楽で、親子一緒に体を動かしませんか。

と　き／1月23日(木) 11:00～11:40
(当日10分前受付開始)
ところ／子ども・子育てプラザ3階 ホール(今福西1-1-39)
内　容／こども向けの歌などを用いたダンスや親子でのふれあい遊び
対　象／概ね1歳以上の幼児とその保護者
定　員／35組(当日先着順)
問合せ／子ども・子育てプラザ　☎・FAX6933-2880

ベビーダンスベーシック

申込要 有料

赤ちゃんをスリングや抱っこひもで抱っこしながら親子で楽しむダンスエクササイズです。

と　き／1月22日・29日・2月5日・19日
いずれも水曜日 10:30～11:30　全4回
ところ／クレオ大阪東(鴫野西2-1-21)
対　象／0歳5か月～1歳6か月の赤ちゃんとその母親
定　員／親子15組(先着順)　**費　用**／5,000円
※一時保育あり(申込要・有料)
申込み／下記問合せ先まで
問合せ／クレオ大阪東　☎6965-1200 FAX6965-1500

健康

おトクな健康アプリ「アスマイル」をご利用ください!

大阪府が提供する「おおさか健活マイレージアスマイル」は、府民の健康づくりをサポートするアプリです。

朝食を食べる、歩く、歯を磨く、健診を受けるなどの毎日の健康活動でポイントが貯まり、貯まったポイントで飲み物や電子マネー等が当たる抽選に参加できます。また、40歳以上の大阪市国民健康保険加入者の方は「特定健診」・「1日人間ドック」・「健康づくり支援事業」を受診すると、初回3,000円相当分の電子マネー等と交換できるポイントがもらえます。詳しくは公式ホームページ「おおさかアスマイル」でご確認ください。

問合せ／おおさか健活マイレージアスマイル事務局
☎6131-5804
FAX6452-5266

• こころと向き合う川柳 •

～老いとの向き合い方、自分らしい生き方を共に考える川柳～

今月のお題「心の病」

出不精は
心の病の
住み処
木村 勝 様
(鴫野東在住)

病には
人の優しさ
クスリかな
地域自立支援協議会

次のお題「結ぶ」

区民の皆さまから川柳を募集しております。ぜひご応募ください!

申込み・問合せ／保健福祉センター保健福祉課(保健)
☎6930-9882 FAX6930-9936

広報誌の配布について

「ふれあい城東」は、区内の全てのご家庭・事業所へ配布事業者によりお届けします。
配布日／毎月1～3日(1月号は1～5日)
届いていない方は、ご連絡をお願いいたします。株式会社ラバンプラス ☎0120-939-689(平日9～17時)へ。

予防接種・結核健診・各種がん検診等の日程

	とき	対象	費用・その他
予約不要 BCG接種	1月16日(木) 2月20日(木) 13:30～15:00	生後12か月未満の乳児 ※1歳の誕生日前日まで(標準は5～8か月児)	予防接種手帳の説明をよく読み、予診票に記入し、母子健康手帳とともにご持参ください。 無料
予約不要 結核健診	1月21日(火) 2月　5日(水) 10:00～11:00	15歳以上の市民の方	胸部エックス線撮影…… 無料 ※結核は早期発見、早期治療が大切です。年1回は健診を受けましょう。
予約要 胃・大腸・肺がん検診	1月30日(木) 2月　6日(木) 2月22日(土) 9:30～10:30	40歳以上の市民の方(条件あり)	胃がん…500円、大腸がん…300円 肺がん(エックス線)……無料 (条件により、たんの検査:400円)
予約要 乳がん検診・骨粗しょう症検診	1月28日(火) 2月13日(木) 9:30～10:30	マンモグラフィ…昭和・大正の偶数年生まれで40歳以上の女性で市民の方(条件あり) 骨粗しょう症検診…18歳以上の市民の方	マンモグラフィ……1,500円 骨粗しょう症検診……無料

がん検診(骨粗しょう症検診を除く)を希望される方は、区内の取扱医療機関においても受診することができます。
取扱医療機関に直接、電話にて必ず「大阪市が実施しているがん検診」と申し出のうえご予約ください。
区内の取扱医療機関は、区ホームページでご覧いただけます。　城東区 保健事業　検索

ところ／区役所2階 保健福祉センター　**問合せ**／保健福祉センター保健福祉課(保健)　☎6930-9882 FAX6930-9936

特定健康診査はもう受診されましたか?

予約不要 無料

大阪市国民健康保険では、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の予防に向け、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、無料で受診できる「特定健診」を実施しています。対象となる方には、4月末頃に「受診券」を送付しています。受診券の有効期限は3月31日(火)です。お早めに受診してください。

と　き／1月18日(土)・30日(木)、
2月6日(木)・22日(土)、3月5日(木)
いずれも9:30～11:00
ところ／区役所2階 保健福祉センター
内　容／血液検査・検尿・身体測定・血圧測定など
対　象／大阪市国民健康保険加入者(40歳以上)
後期高齢者医療保険加入者
※受診券と保険証を必ずご持参ください
問合せ／受診券については…
●大阪市国民健康保険加入者
区役所窓口サービス課(保険年金:保険)
☎6930-9956 FAX6932-0979
●後期高齢者医療保険加入者
大阪府後期高齢者医療広域連合給付課
☎4790-2031 FAX4790-2030
受診内容等については…
保健福祉センター保健福祉課(保健)
☎6930-9882 FAX6930-9936

ノロウイルスに注意しましょう!

毎年冬期にはノロウイルスを原因とする食中毒が多発します。次のことに注意して予防しましょう。

- 調理や食事の前、トイレの後は十分に手を洗い、消毒しましょう。
- カキなどの二枚貝の生食は避け、調理の際は中心部まで十分に加熱(85～90℃で90秒間以上)しましょう。
- 包丁、まな板等の調理器具は、熱湯や次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。
- おう吐や下痢等の症状がある場合は、早めに受診しましょう。

問合せ／保健福祉センター保健福祉課(生活環境)
☎6930-9973 FAX6930-9936

COPD(慢性閉塞性肺疾患)の危険度をチェックしてみませんか?

申込不要 無料

COPDとは、たばこなどの有害な空気を長期間吸い込んだ(受動喫煙も含む)ため、肺に炎症がおこる病気です。治療を受けている人は一部の方だけで、年々COPDで死亡される方が増えています。初期には自覚症状がほとんどなく、悪化すると安静にしていても息切れすることがあり、生活に支障がでます。COPDにならないよう「禁煙」を実施し、早期に発見することが大切です!

と　き／1月21日(火)、2月10日(月) 10:00～11:30
ところ／区役所1階 ロビー
内　容／COPDの危険度をはかるチェックリストと肺年齢測定の実施
対　象／区内在住・在勤の方
問合せ／保健福祉センター保健福祉課(保健活動)
☎6930-9968 FAX6930-9936

大阪市違法民泊撲滅チームからのお知らせ

大阪市では、違法民泊撲滅チームを設置し、違法民泊の排除に取り組んでいます。
違法民泊かな?と思ったら「違法民泊通報窓口」へ。☎6647-0835 FAX6647-0733