



予防接種・結核健診・各種がん検診等の日程

B C G接種

申込要

無 料

と き 5月19日(木)、6月16日(木)
いずれも13:30～15:00

対 象 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お持ちください。
※市ホームページから予約してください。(区で実施する令和4年度のBCG予防接種は、毎月第3木曜日13:30～15:00です)



結核健診

申込不要

無 料

と き 5月12日(木)、6月30日(木)
いずれも10:00～11:00

対 象 15歳以上の市民の方 **内 容** 胸部エックス線撮影
※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。

歯科相談

申込不要

無 料

と き 5月24日(火)、5月31日(火)
いずれも9:30～10:50

対 象 市民の方

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できます。取扱医療機関に直接、電話にて実施状況を確認のうえ、必ず「大阪市が実施しているがん検診」と申し出のうえ予約してください。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 申込み・問合せ：保健福祉課(保健) ☎ 6930-9882 FAX 6930-9936

40歳になったら特定健康診査を受けましょう

申込不要

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。
と き／5月24日(火)、5月31日(火)、6月2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・血圧測定等
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。※がん検診を同日に予約されている方は、先にがん検診の受診をお願いいたします。

問合せ：受診券については -----

大阪市国民健康保険加入者：窓口サービス課(保険年金：保険) ☎ 6930-9956 FAX 6932-0979
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 FAX 4790-2030
受診内容等については保健福祉課(保健) ☎ 6930-9882 FAX 6930-9936

乳幼児健診のお知らせ

	実施日	対 象 者
3か月児健診	5月 2日(月)	令和3年12月28日～令和4年1月15日生
	5月16日(月)	令和4年1月16日～31日生
	6月 6日(月)	令和4年2月1日～14日生
1歳6か月児健診	5月11日(水)	令和2年9月29日～10月11日生
	5月18日(水)	令和2年10月12日～30日生
	6月 1日(水)	令和2年10月31日～11月11日生

	実施日	対 象 者
3歳児健診	5月 6日(金)	平成30年10月27日～11月12日生
	5月20日(金)	平成30年11月13日～28日生
	6月 3日(金)	平成30年11月29日～12月13日生

対象児が変更になることがあります。各健診の対象者の方には事前に(2週間前までに)ご案内します。

問合せ：保健福祉課(保健) ☎ 6930-9882 FAX 6930-9936

地域ではぐくむ子どもたち

子育て♡

「子育てタウン」アプリ検索!!



城東区子育て応援アプリ
わくわく 登録してね!

(C) 2012 ASUKOE Partners, Inc.



シリーズ 子育て支援施設 ～みんなで子育て! みんなで応援!子育てサロン～

★諏訪地区 プッチクラブ 諏訪3-6-15 諏訪憩の家

子育て中の親子で気軽に参加していただけます。絵本やおもちゃもたくさんあり、読み聞かせ・季節のイベントも行っています。おしゃべりをしたり、情報交換をしたり、一緒に子育てを楽しむ仲間づくりにサロ

ンに遊びにきてください。笑顔で楽しい時間を過ごしましょう!
開催日時：第2・4水曜日
10:30～11:30

問合せ：保健福祉課(子育て教育) ☎ 6930-9068 FAX 6930-9140

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、休館・実施内容が変更となる場合があります。開館状況などはこちらから▶



保活、応援します

申込要

無 料

保育所ってどうやったら入れるの?働いていないと入れないの?申込みの方法がよくわからない!保育施設の利用の基本的な手続きをわかりやすくご説明しますので、ぜひお越しください。
と き：5月下旬～8月下旬

ところ：区役所会議室など
※詳しいスケジュールは区ホームページをご覧ください。
定 員：各日20名程度(先着)
申込み：ホームページにて予約



問合せ：保健福祉課(子育て教育) ☎ 6930-9065 FAX 6930-9140

すこやかに暮らすために

健康

城東区では食育を進めています!

健康づくりと生活習慣病予防のために、野菜を1日350g以上食べましょう。大阪市民では、野菜の摂取量が245.9gと低い現状です。野菜不足として引き起こす体への直接的な影響として、肥満・便秘があります。野菜には、ビタミンCや食物繊維、カロテノイド、カリウムなどたくさん含まれており、肥満・便秘予防に効果があります。ぜひ、野菜をたくさんとりましょう!



食育推進
キャラクター
「たべやん」

食育レシピ

かぼちゃの蒸しケーキ(10個分)

材料 10個分
ホットケーキミックス…100g
かぼちゃ……………70g
プレーンヨーグルト…100g
砂糖……………40g
卵……………1個
サラダ油……………大さじ1
レーズン……………10g
アルミケース9号……10枚

作り方
①：かぼちゃはわたと種、皮をとって適当な大きさに切り、やわらかく煮て、熱いうちにつぶしておく。
②：ボウルにヨーグルトと砂糖を入れてよく混ぜ、卵、サラダ油、①を加える。
③：②にホットケーキミックスを入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜ、アルミケースに流し入れレーズンを上にのせる。
④：蒸し器に入れ、弱火で15分ほど蒸す。竹串をさし、生地がついていなければ蒸し上がり。

●【栄養価】(1個分) エネルギー／86Kcal カルシウム／26mg 食塩相当量／0.1g



おやつから
野菜を
とろう!

問合せ：保健福祉課(保健) ☎ 6930-9882 FAX 6930-9936

