

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の影響により、掲載のイベントなどが中止となる場合があります。詳しくはホームページなどでご確認ください。

健康情報 子育て情報

プレママ・プレパパ講座
赤ちゃんを迎える準備をしませんか

出産を迎えるママ・パパを対象に、出産前後の心身の変化や気をつけることを助産師から学びます。

日時 11月21日(日) 10:00~12:00
場所 東成区子ども・子育てプラザ(東中本2-3-16)
対象 市内在住のはじめてママ、パパになる方
※受講時に概ね妊娠6か月~8か月の方
定員 6組(応募多数の場合は抽選)
申込 11月2日(火)~13日(土)
電話か来館にて受付※月曜日、祝日は休館日
問合せ 東成区子ども・子育てプラザ ☎ 6976-0300

無料

お待たせしました！中本校下子育てサークル『ぽぽぽ~ハウス』が再開します！！

11月から毎月第2火曜日(8月はお休み)に子育てサークルを再開します。

無料

日時 11月9日(火) 10:00~11:00
場所 中本憩の家(中本4-5-8)
対象 就学前の子どもと保護者・妊婦
定員 4組(先着順)
申込 11月1日(月)から電話にて受付
中本憩の家 ☎ 6977-1906
10:00~17:00(土日祝休み)
問合せ 区役所 子育て支援室 ☎ 6977-9157



ママとプレママのクッキング♪

日時 11月30日(火) 11:30~13:30
場所 保健福祉センター分館 2階
対象 妊娠中の方、0歳児のママ・パパ等
定員 9名(先着順) 参加費 300円
内容 子育て世代の食生活のお話、調理実習と試食
メニュー ハッピーマンごはん、ほうれん草のツナあえ、干しだいこんの中華スープ、豆乳プリン
持ち物 エプロン、バンダナ(三角巾)、筆記用具
申込 11月1日(月)~22日(月)までに電話または窓口で受付※保育の実施はありませんので、大人のみ参加ください。
問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9882

みんなの食育&健康セミナー

親子でできる簡単なエクササイズの体験や健康づくりに関する展示を行います。ぜひご参加ください♪
日時 11月20日(土)2部制
①13:00~14:00②14:30~15:30
場所 コミ協ひがしなり区民センター 2階
対象 どなたでも(子育て世代~シニア世代)
定員 各50名ずつ(先着順)
内容 エクササイズ体験、食育ポスター展示、ブース展示、食育絵本読み聞かせ等
申込 11月1日(月)~17日(水)までに電話か来所にて受付
協力 大阪ガス(株)、おやこむすびキッズクラブ、食育netしろな、あしたば会、食生活改善推進員協議会、すみれの会、区内小学校・幼稚園・保育所、子育て支援センター、子ども・子育てプラザ、東部環境事業センター等
問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9882・9968

ノロウイルスに注意しましょう。ノロウイルスは感染力が強く、食品や手指を介して感染し、胃腸炎を起こします。感染予防の基本は手洗いです。症状がなくても感染している場合があります。調理前、食事前、トイレ後は、石けんで丁寧に手を洗いましょう。カキなどの二枚貝は、中まで十分に加熱しましょう。
問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9973

各種検診

実施場所 保健福祉センター分館 予約・問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9882

検診名	日 時	対 象(大阪市民)★	内 容	費 用
乳がん検診 要予約	11月6日(土) 9:30~10:30 11月19日(金) 9:30~10:30 11月28日(日) 9:30~10:30	40歳以上の女性の方※1	マンモグラフィ検査	1,500円
大腸がん検診 要予約	11月19日(金) 9:30~10:30	40歳以上の方	免疫便潜血反応検査(2日法)	300円
肺がん検診 要予約	11月19日(金) 9:30~10:30	40歳以上の方 50歳以上で喫煙指数(1日のタバコの本数×タバコを吸った年数)が600以上の方	胸部エックス線撮影のみ 胸部エックス線撮影に加え、喀痰検査(たんの検査)	無料 400円
歯科健康相談	11月19日(金) 9:30~10:30	市民の方	歯科医師による助言、指導、唾液潜血検査	無料
大阪市 特定健康診査 ※3	11月19日(金) 9:30~11:00 11月28日(日) 9:30~11:00	●大阪市国民健康保険加入者で、40歳以上の方 ●後期高齢者医療保険に加入している方	身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査などを実施します。また、医師の診断により、必要な方には、詳細検査を実施します。	無料
結核健診	11月22日(月) 10:00~11:00	15歳以上の方(受診日現在)	胸部エックス線間接撮影	無料

★令和3年度中に対象年齢になる方 要予約 定員になり次第締め切ります。
※1 令和2年度に同等の検診(自費や診療費*2を除く)を受診されていない方。 ※2 診療で検査した場合は、「異常なし」の場合に限りです。 ※3 受診には、受診券と保険証と個人票(大阪市国民健康保険の方)が必要です。

各種相談・教室

問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9968

無料

内 容	日 時	対 象	場 所
専門医によるこころの健康相談 (精神科医による健康相談) 電話・来所	11月5日(金) 14:00~16:00 11月9日(火) 14:30~16:30 11月22日(月) 13:30~15:30	区内在住の方	区役所2階 相談室
統合失調症等の家族教室 電話・来所 (医師等の講話・家族同士の交流)	11月4日(木) 14:00~16:00 12月9日(木)	統合失調症等の精神疾患 患者を抱える家族	区役所3階 305会議室
妊婦歯科検診 申込不要 (歯科医師による歯科検診)	11月16日(火) 13:30~14:00	妊婦	保健福祉センター 分館1階
わくわく マタニティスクール 電話・来所	★栄養・歯の健康編 11月16日(火) 14:00~15:30 ★助産師による出産編 11月30日(火) 14:00~15:30	妊婦(定員10名) 妊婦(定員15名)	保健福祉センター 分館2階
わくわくの集い 電話・来所 (保護者の交流、保健師による育児相談など)	11月16日(火) 14:00~15:00	おおむね生後2か月の赤ちゃん と保護者(3か月児健診受診まで)	保健福祉センター 分館1階
にこにこ広場 電話・来所 (おもちゃ・記念品作り、交流など)	11月17日(水) 10:00~11:30	生後6か月の赤ちゃん と保護者 先着10組(1日~受付)	保健福祉センター 分館2階
4・5歳児発達相談 電話・来所 (小児科医・心理士等による相談)	偶数月の第1木曜日 10:00~	落ち着きやこだわり等が気になる 4・5歳児のお子さんと保護者	保健福祉センター 分館1階

電話・来所 電話・来所にて申込み。

乳幼児健診・BCG接種・講習

場 所 保健福祉センター分館 問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9882 無料

内 容	日 時	対 象	その他
乳幼児健診 申込不要 ①身体計測 ②医師による診察 ③歯科健診 (1歳6か月児・3歳児)	【3か月児健診】 11月4日(木) 【1歳6か月児健診】 11月18日(木) 【3歳児健診】 11月25日(木)	令和3年6月18日~ 7月17日生まれ 令和2年4月生まれ 平成30年5月生まれ	時間・持ち物は、送付する お知らせをご確認ください。
BCG接種※ 集団接種 申込不要	11月11日(木) 14:00~14:45 12月9日(木)	生後12か月未満の 乳幼児	母子健康手帳、予防接種手帳 をお持ちください。
離乳食講習会 要予約 (離乳食の進め方について 講話、調理実演、個別相談)	11月12日(金) 13:30~15:00	生後6~7か月の 赤ちゃんがいる保護者	テキスト「にこにこ」、参加票、 筆記用具をお持ちください。

要予約 定員になり次第締め切ります。
※委託医療機関でも接種が出来る様になりました。詳しくは、ホームページに掲載されている委託医療機関へ予約のうえ、接種してください。

■広告の内容等、掲載された広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、大阪市が推奨等するものではありません。