

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や保育士から学びます。沐浴やオムツ替えなどを実際に体験します。お一人での参加もお待ちしております!

無料

**日時** 7月17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** 8組(応募多数の場合は抽選)  
**申込** 7月1日(金)~9日(土) 電話か来館にて受付  
※月曜日は休館日  
**問合せ** 東成区子ども・子育てプラザ ☎ 6976-0300

育休ママ・パパのための保活座談会

一緒に不安を解消しましょう!  
保育所を申し込む際の留意点もお話しします。

無料

**日時** 7月27日(水) 10:30~11:30  
**場所** 保健福祉センター分館2階  
**対象** 育児休業中の保護者とお子さん  
**定員** 4組(先着順)  
**申込** 7月12日(火)から電話にて受付  
**問合せ** 保健福祉課 ☎ 6977-9156

夏休みおやこの食育教室

夏休みにみんなで楽しくクッキングをしませんか?

**日時** 8月26日(金) 10:00~13:00  
**場所** 保健福祉センター分館2階  
**内容** クッキング、栄養のお話など  
**対象** 小学生と保護者  
**定員** 12名(先着順) **費用** ひとり400円  
**持ち物** エプロン・三角巾(バンダナなど)・マスク・筆記用具  
**申込** 7月15日(金)~8月15日(月)までに電話または窓口で受付  
**問合せ** 保健福祉課 ☎ 6977-9882

7月は食中毒予防月間です

高温多湿な7月から9月にかけて、細菌による食中毒が多発します。食中毒は、お店で提供される食事だけでなく、家庭の食事でも発生しています。家庭での食中毒予防は、食品を購入してから食べるまでの過程で、細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を実践する必要があります。次の6つのポイントに注意して、しっかり予防しましょう。

- ①食品の購入時は鮮度・期限を確認する
- ②冷蔵庫内の温度管理の徹底
- ③手指・器具の洗浄消毒の徹底
- ④手早く調理・十分な加熱
- ⑤調理後はすぐに食べる
- ⑥残った食品はすぐに冷蔵または冷凍保存する

近年、カンピロバクターによる食中毒事件が頻繁に発生しています。鶏肉などのお肉は中まで十分に加熱し、生や加熱不十分なものは食べないようにしましょう。

**問合せ** 保健福祉課 ☎ 6977-9973

! 特集号(5~8面)もご覧ください!



**ひがしなりっ子**  
**すくすく・つながるフェア**  
~保育園(所)・幼稚園・認定こども園等情報展~  
**問合せ** 保健福祉課 ☎ 6977-9156

**日時** 8月3日(水)~9日(火)  
9:00~17:30(最終受付17:00) **無料**  
**場所** 区役所1階 ふれ愛バンジー  
**内容** 区内保育施設のポスター掲示、パンフレット配布  
※保育施設の相談ブースは設けていません。

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
大腸がん検診 要予約	7月22日(金) 18:30~19:30	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	7月22日(金) 18:30~19:30	40歳以上の方	胸部エックス線撮影のみ	無料
		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に加え、喀痰検査(たんの検査)	400円
乳がん検診 要予約	7月22日(金) 18:30~19:30	40歳以上の女性の方※1	マンモグラフィ検査	1,500円
骨粗しょう症検査 予約優先	7月22日(金) 18:30~19:30	18歳以上の方	かかと部分の超音波検査	無料
結核健診	7月25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4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。 **予約優先** 定員に満たない場合は、当日受付も可能です。  
※1 令和3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」の場合に限ります。

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) <b>電話・来所</b>	7月1日(金) 14:00~16:00 7月12日(火) 14:30~16:30 7月25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 <b>電話・来所</b> (医師等の講話・家族同士の交流)	7月14日(木) 14:00~16:00 8月4日(木) 14:00~16:00	統合失調症等の精神疾患患者を抱える家族	区役所3階 301会議室
妊婦歯科健診 <b>申込不要</b> (歯科医師による歯科健診)	7月19日(火) 13:30~14:00	妊婦	保健福祉センター 分館2階
わくわくマタニティスクール <b>電話・来所</b>	★栄養・歯の健康編 7月19日(火) 14:00~15:30	妊婦(定員10名)	保健福祉センター 分館2階
わくわくの集い <b>電話・来所</b> (保護者の交流、保健師による育児相談など)	7月19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 <b>電話・来所</b> (おもちゃ・記念品作り、交流など)	7月20日(水) 10:00~11:30	令和4年1月生まれの 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 <b>電話・来所</b> (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 <b>予約不要</b> 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) ④屈折検査(3歳児)	<b>[3か月児健診]</b> 7月7日(木)	令和4年2月18日~ 4年3月17日生まれ	時間・持ち物は、送付する お知らせをご確認ください。 人数調整する月もあります。
	<b>[1歳6か月児健診]</b> 7月21日(木)	令和2年12月生まれ	
	<b>[3歳児健診]</b> 7月28日(木)	平成31年1月生まれ	
BCG接種 集団接種 <b>申込不要</b>	7月14日(木) 14:00~14:45 8月4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 <b>要予約</b> (離乳食の進め方について 講話、調理実演、個別相談)	7月8日(金) 13:30~15:00	生後6~7か月の 赤ちゃんがいる保護者 (先着15組)	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。

■ 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。