

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

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、けんしん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 FAX 6452-5266
(9:00~17:00(12月29日~1月3日を除く))

ママとプレママのクッキング♪

クッキングとランチを楽しみませんか? 子育て世代の食生活のお話、調理実習と試食をします!

日時 11月22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 400円
メニュー ハッピーマンごはん、ほうれん草のツナあえ、切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16日(水)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、大人のみご参加ください。
問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9882

みんなの食育&健康セミナー

朝から活活!

~朝ごはん・歯みがき・ストレッチ~

野菜系シンガーソングライターの谷井翔一さんのミニライブ、簡単なリズム体操や健康づくりに関する展示、ブース設置を行います。東成区の住みます芸人(相乗効果)も参加します。この機会に、食育や健康づくりについて楽しく考えませんか?

日時 11月19日(土) 13:00~16:00
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
申込 谷井翔一さんミニライブは予約必要
①13:10~②14:30~(各50名先着順)
11月1日~17日までに電話・来所受付
※ポスター展示・ブース展示のみの参加は予約不要
協力 大阪ガスネットワーク(株)、近畿中央ヤクルト販売(株)、健康栄養支援センター、雪印メグミルク(株)、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、東部環境事業センター、東成図書館等
※感染症や気候状況(警報等)により中止とさせていただきます。
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

問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9973

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。

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13日(日) 9:30~10:30 11月21日(月) 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
骨粗しょう症検査 予約優先	11月21日(月) 9:30~10:30	18歳以上の方	かかと部分の超音波検査	無料
歯科健康相談	11月21日(月) 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21日(月) 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29日(火) 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。
※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4日(金) 14:00~16:00 11月8日(火) 14:30~16:30 11月28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10日(木) 14:00~16:00 12月8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
うつ病の家族教室 電話・来所 休日コース全2回 (精神科医による講演・家族交流会)	11月16日(水) 14:00~16:00 11月30日(水) 14:00~16:00	うつ病と診断されている方のご家族(市民)	大阪市こころの健康センター(都島センタービル3階)
妊婦歯科健診 申込不要 (歯科医師による歯科健診)	11月15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15日(火) 14:00~15:30	妊婦(定員10名)	保健福祉センター分館2階
	★助産師による出産編 11月22日(火) 14:00~15:30	妊婦(定員15名)	
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15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16日(水) 10:00~11:30	令和4年5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 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 予約不要 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) ④屈折検査(3歳児)	[3か月児健診] 11月10日(木)	令和4年6月18日~4年7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。
	[1歳6か月児健診] 11月17日(木)	令和3年4月生まれ	
	[3歳児健診] 11月24日(木)	令和元年5月生まれ	
BCG接種 集団接種 申込不要	11月10日(木) 14:00~14:45 12月8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11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、バスタオルをお持ちください。

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。