

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います！

日時 1月22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 市内在住のこれからママ、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 1月4日(水)~14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

男性料理教室

日頃料理をする方も、料理をする機会が少ない方も、地域の方と一緒にクッキングをしてみませんか？

日時 1月24日(火)10:00~13:00
場所 保健福祉センター分館 2階
定員 9名(先着順) 費用 500円
持ち物 エプロン、バンダナ(三角巾)、筆記用具
内容 講話、調理実習と試食
メニュー しょうが香る和風力オマンガイ、青菜ときのこのごま浸し、ブロッコリーのポターージュ、フルーツパンケーキ
申込 1月4日(水)~18日(水)までに電話または窓口で受付
共催 東成区食生活改善推進員協議会
問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9882



こんにちは！保健師です

問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9968

新型コロナウイルスに加えノロウイルスやインフルエンザなどの感染症にも注意が必要です。発熱などの風邪症状が出た場合は、まずはかかりつけ医に電話で相談をしてから受診しましょう。



感染症にかからないために…

- 1 手洗いや手の消毒・マスク着用
- 2 十分な休養とバランスのとれた食事
- 3 こまめな換気・適度な加湿(40%以上)
- 4 人ごみを避ける
- 5 ワクチンの接種

出典:厚生労働省

◆結核コラム

年に一度は胸部レントゲンを受けましょう！結核は年々減少していますが過去の病気ではなく、2021年は大阪市で約510名が発病しています。結核は早期発見・早期治療が大切です。東成区保健福祉センター分館では月に一度結核健診を行っています。詳しくは各種検診一覧をご覧ください。

東成区子ども・子育てプラザの
ホームページが新しくなりました！

ホームページから、プラザで開催されるイベントへの申込みができるようになりました！プラザの情報だけでなく、区内の子育てイベント・子育てサークル等の情報も掲載しています。「子どもと参加できるイベントはないかな？」という方は必見です！

東成区子ども子育てプラザ 検索

問合せ 東成区子ども・子育てプラザ ☎ 6976-0300

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
結核健診	1月24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
大腸がん検診 要予約	1月27日(金) 9:30~10:30 2月4日(土) 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	1月27日(金) 9:30~10:30 2月4日(土) 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
乳がん検診 要予約	1月7日(土) 9:30~10:30 1月27日(金) 9:30~10:30 2月4日(土) 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	1月27日(金) 9:30~10:30 2月4日(土) 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	1月27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	1月7日(土) 9:30~11:00 2月4日(土) 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

★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※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。

※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	1月6日(金) 14:00~16:00 1月23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)	1月12日(木) 14:00~16:00 2月9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 申込不要 (歯科医師による歯科健診)	1月17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 1月17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 電話・来所 (保護者の交流、保健師による育児相談など)	1月17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)	1月18日(水) 10:00~11:30	令和4年7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】 1月5日(木) 【1歳6か月児健診】 1月19日(木) 【3歳児健診】 1月26日(木)	令和4年8月18日~ 9月17日生まれ 令和3年6月生まれ 令和元年7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。 人数調整する月もあります。
BCG接種 集団接種 申込不要	1月12日(木) 14:00~14:45 2月2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)	1月13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。