

健康情報 子育て情報

食育&健康フェスタ 「見て・聞いて・体験しよう! 食育と健康」

日時 9月28日(土) 13:00~16:00

場所 コミ協ひがしなり区民センター
玄関前・2階大ホール

対象 どなたでも

内容

健康チェックブース

結核健診(玄関前)・骨粗しょう
症健診・骨の健康度チェック・
血管年齢測定・栄養相談など
※健(検)診は大阪市在住の方のみ

体験ブース

SATシステムによる食事バランスチェック・ベジ
チェック・ストローダーツ(お口の力試し)・食育ク
イズ・手洗いチェックなど

他にも、ごっこ遊びコーナー、バルーンアートフォ
トブース、食育活動ポスター展示など楽しい内
容がたくさん! フードライブの受付もします。
食育と健康に関する川柳の投票も行います!
また、シールラリーに参加で粗品進呈!
※本イベントは、「アスマイル」の
イベント参加ポイント対象です。

入場
無料

大阪市食育推進
キャラクター
「たべやん」も
遊びに来よう!

問合せ 保健福祉課
☎ 6977-9882

詳細はこちら

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!

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

東成区子ども・子育てプラザ開催

日時 9月15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)

定員 8組(応募多数の場合は抽選)

申込 9月1日(日)~7日(土)
Web申込・電話・来館にて受付
※月曜日は休館

問合せ 東成区子ども・子育てプラザ ☎ 6976-0300

無料

新深江みらいひろば開催

日時 9月28日(土) 13:00~15:00

場所 新深江みらいひろば(大今里南4-8-9)

定員 4組(先着順)

申込 9月9日(月)~27日(金) 電話・来館にて受付
※土・日曜日は休館

問合せ 新深江みらいひろば ☎ 4306-4652

朝ごはんを食べよう!
~9月は大阪市朝食月間です~

朝食にはこんな役割があります
①活動力アップ! ④体調や生活にリズムを!
②からだの目覚め! ⑤肥満予防!
③集中力アップ!
心とからだの健康を保つためにも、毎日朝ごはんを食
べる習慣を身につけましょう!

★クックパッド公式キッチン
大阪市たべやんレシピ
朝ごはんにはピッタリのレシピを掲載しています。

問合せ 保健福祉課 栄養士 ☎ 6977-9882

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	9月10日(火) 9:30~10:30 10月7日(月) 13:30~14:30 10月19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	9月10日(火) 9:30~10:30 10月7日(月) 13:30~14:30 10月19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
大腸がん検診 要予約	9月10日(火) 9:30~10:30 10月7日(月) 13:30~14:30 10月19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	9月10日(火) 9:30~10:30 10月19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
大阪市 特定健康診査 ※2	9月10日(火) 9:30~11:00 10月19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(受診日現在)	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	9月18日(水) 10:00~11:00	15歳以上の方(受診日現在)	胸部エックス線撮影	無料
歯科健康相談	10月7日(月) 13:30~14:30	市民の方	歯科医師による助言、指導	無料

★令和6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5年度に同等の検診(自費や診療を除く)を受診されていない方。
なお、診療で検査した場合は、「異常なし」の場合に限ります。
※2 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	9月6日(金) 14:00~16:00 9月10日(火) 14:30~16:30	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)	9月12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)	9月17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 電話・来所	★栄養と歯の健康編 9月17日(火) 14:00~15:30	妊婦(定員12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)	9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)	9月18日(水) 10:00~11:30	令和6年3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
心理相談 電話・予約 (心理士による相談) ※保健福祉センター心理士にご連絡ください	平日 9:15~17:00	ことばの遅れがある、あるいは、 落ち着きやこだわりが気になる 就学前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。 電話・予約 電話にて申込み。

乳幼児健診・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】 9月5日(木) 【1歳6か月児健診】 9月19日(木) 【3歳児健診】 9月26日(木)	令和6年4月18日~ 令和6年5月17日生まれ 令和5年2月生まれ 令和3年3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。
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)	9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)	←行政オンラインシステム 申込みはこちらから

要予約 電話、来所、行政オンラインシステムにて申込み

■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。