

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おります！

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

日時 5月18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 随時Web申込・電話・来館にて受付  
※月曜日・祝日は休館  
(ただし、6日は開館)

問合せ 東成区子ども・子育てプラザ 電話 6976-0300

日時 5月24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 5月1日(木)～23日(金)電話・来館にて受付  
※土・日曜日・祝日は休館

問合せ 新深江みらいひろば 電話 4306-4652

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。

日時 6月9日(月)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子ども

定員 5組(先着順)

申込 5月26日(月)10:00から電話にて受付

問合せ 保健福祉課 電話 6977-9156

こんにちは！保健師です  
問合せ 保健福祉課 電話 6977-9968

●お気軽にご相談ください！

保健師は、赤ちゃんからお年寄りまでの方を対象に健康づくりのお手伝いをしています。また、大阪市では地域の担当保健師との顔が見える関係づくりと継続的な支援のために気軽に相談できる場をめざして「大阪版ネウボラ」を実施しています。  
※「ネウボラ」とは、フィンランド語で「アドバイスする場所」という意味です。

こんにちは！栄養士です  
問合せ 保健福祉課 電話 6977-9882

●塩分控えめクッキング♪

日時 5月28日(水)10:30～13:00

場所 保健福祉センター分館 2階

定員 18名(先着順)

費用 600円

内容 調理実習と試食、保健師・栄養士の講話  
持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ等)、マスク、筆記用具

メニュー さばそぼろ丼、アボカドとひじきのサラダ、ミルク入りみそ汁、豆乳蒸しパン

申込 5月21日(水)までに電話・窓口・行政オンラインシステムにて受付

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 電話 6977-9882

| 検診名                 | 日時                                         | 対象(大阪市民)★                                                             | 内容                                                        | 費用         |
|---------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------|
| 結核健診                | 5月7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         |
| 大腸がん検診<br>要予約       | 5月16日(金) 9:30～10:30<br>6月11日(水) 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<br>要予約        | 6月11日(水) 9:30～10:30                        | 40歳以上の方<br>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<br>胸部エックス線撮影に加え、喀痰検査(たんの検査)                   | 無料<br>400円 |
| 乳がん検診<br>要予約        | 5月16日(金) 9:30～10:30<br>6月11日(水) 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<br>予約優先    | 5月16日(金) 9:30～10:30<br>6月11日(水) 9:30～10:30 | 18歳以上の方                                                               | かかと部分の超音波検査                                               | 無料         |
| 大阪市<br>特定健康診査<br>※2 | 5月16日(金) 9:30～11:00<br>6月11日(水) 9:30～11:00 | ●大阪市国民健康保険加入者で、40歳以上の方(令和7年度中に40歳になる方含む)<br>●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         |
| 歯科健康相談              | 5月16日(金) 9:30～10:30<br>6月11日(水) 9:30～10:30 | 市民の方                                                                  | 歯科医師による助言、指導                                              | 無料         |

★令和7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6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 電話 6977-9968

| 内容                                               | 日時                                                                  | 対象                                                | 場所           |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------|
| 専門医によるこころの健康相談<br>(精神科医による健康相談) 電話・来所            | 5月2日(金) 14:00～16:00<br>5月13日(火) 14:30～16:30<br>5月26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<br>(医師等の講話・家族同士の交流)            | 5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  |
| 妊婦歯科健診<br>(歯科医師による歯科健診) 申込不要                     | 5月20日(火) 13:30～14:00                                                | 妊婦                                                | 保健福祉センター分館2階 |
| 要予約<br>わくわくマタニティスクール                             | ★栄養と歯の健康編<br>5月20日(火) 14:00～15:30<br>★出産編<br>5月27日(火) 14:00～15:30   | 妊婦(各回定員15名)                                       | 保健福祉センター分館2階 |
| わくわくの集い<br>(保護者の交流、保健師による育児相談など) 電話・来所           | 5月20日(火) 14:00～15:30                                                | おおむね生後2か月の赤ちゃん<br>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<br>(おもちゃ・記念品作り、交流など) 電話・来所                | 5月21日(水) 10:00～11:30                                                | 令和6年11月生まれの<br>赤ちゃん<br>と保護者<br>先着10組(1日～受付)       | 保健福祉センター分館2階 |
| 心理相談<br>(心理士による相談)<br>※保健福祉センター心理士にご連絡ください 電話・予約 | 平日 9:15～17:00                                                       | ことばの遅れがある、あるいは、<br>落ち着きやこだわりが気になる<br>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。 要予約 電話、来所、行政オンラインシステム(各二次元コード)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 電話 6977-9882 無料

| 内容                                                                 | 日時                                                          | 対象                                                      | その他                                        |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 乳幼児健診 予約不要<br>①身体計測<br>②医師による診察<br>③歯科健診(1歳6か月児・3歳児)<br>④屈折検査(3歳児) | 【3か月児健診】 5月1日(木)<br>【1歳6か月児健診】 5月15日(木)<br>【3歳児健診】 5月22日(木) | 令和6年12月18日～<br>令和7年1月17日生まれ<br>令和5年10月生まれ<br>令和3年11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。<br>人数調整する月もあります。 |
| 離乳食講習会 要予約<br>(離乳食の進め方について講話、調理実演、個別相談)                            | 5月9日(金) 13:30～15:00                                         | 生後6～7か月の<br>赤ちゃんがいる保護者<br>(先着15組)                       | 申込はこちら                                     |

要予約 電話、来所、行政オンラインシステム(各二次元コード)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。