

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！

日時 10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)

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 10月1日(木)～10日(土)
Web申込・電話・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



ひがしなりっ子 すくすく・つながる
フェスティバル

～子どももお家の人もからだを動かして一緒に遊ぼう～
♪坂道をはいはいで登ったり、トンネルに入ったり、わくわくをいっぱい集めました。
お家の人同士つながれるといいな♡地域の人ともつながれるといいな♡

日時 10月28日(水) 10:00～11:30
(受付開始9:45)

場所 東成区民センター 2階大ホール

対象 区内在住で概ね0歳から3歳の未就園の子どもと保護者

定員 80名程度

申込 10月5日(月)～21日(水)までに電話か来庁、行政オンラインシステムより申込

問合せ 保健福祉課
☎ 6977-9156

無料



昨年の様子は、こちらから

こんにちは！保健師です
問合せ 保健福祉課 ☎ 6977-9968

こころの健康にも
目を向けていますか？

～10月10日は世界メンタルヘルスデー～

私たちは、毎日さまざまな場面でストレスを感じながら生活しています。ストレスを感じることは自然なことですが、ため込みすぎると、こころや体に不調があらわれることがあります。気分落ち込みや不眠、意欲の低下などが続くときは、一人で抱え込まず、家族や信頼できる人に相談することが大切です。自分自身のこころの状態に目を向け、小さな不調に早く気づき、早めに対処することが、こころの健康を守る第一歩です。



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	10月12日(月) 9:30～10:30 11月6日(金) 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	10月12日(月) 9:30～10:30 11月6日(金) 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	10月12日(月) 9:30～10:30 11月6日(金) 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	10月12日(月) 9:30～10:30 11月6日(金) 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6日(金) 9:30～10:30	市民の方	歯科医師による助言、指導	無料
大阪市 特定健康診査 ※2	10月12日(月) 9:30～11:00 11月6日(金) 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	10月30日(金) 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

★令和8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7年度中に同等の検診(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。



大腸がん、肺がん、乳がん検診、骨粗しょう症検査は行政オンラインシステムでも予約可能です。

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	10月2日(金) 14:00～16:00 10月13日(火) 14:30～16:30 10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 (医師等の講話・家族同士の交流)	10月8日(木) 14:00～16:00 11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 (歯科医師による歯科健診) 申込不要	10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 わくわくマタニティスクール	10月13日(火) 14:00～15:30 10月20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 (保護者の交流、保健師による育児相談など) 要予約	10月20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 (おもちゃ・記念品作り、交流など) 要予約	10月21日(水) 10:00～11:30	令和8年4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 (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 電話予約	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。 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 ☎ 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] 10月1日(木) [1歳6か月児健診] 10月15日(木) [3歳児健診] 10月22日(木)	令和8年5月18日～ 令和8年6月17日生まれ 令和7年3月生まれ 令和5年4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)	10月9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	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。

■掲載広告は、大阪市が推奨等するものではありません。