

東淀川図書館ガイド

●おたのしみ会 **ぴよんぴよん** **【対象】幼児・児童**

【日時】5月3日・17日・31日

毎月第1・3・5水曜日 15:30～16:00

【定員】30名(当日先着順)



●おたのしみ会 **ぴよぴよ** **【対象】乳幼児とその保護者**

【日時】5月10日・24日 毎月第2・4水曜日 11:00～11:30

【定員】30名(当日先着順)

●源氏物語の魅力 ～入門編～

【日時】5月17日(水) 13:30～15:00

【講師】勝谷 邦子(元大阪府立図書館 司書)

【定員】40名(当日先着順)

【場所・問合せ】東淀川図書館(東淡路1-4-53 3階) ☎6323-5476

子どもが公園で楽しく安全に遊ぶために

公園は、子どもたちの安全な遊び場、運動の場です。また、公園に設置している遊具は、正しく遊ぶことで危険を学び、より大きな危険を避ける能力が身につくものもありますが、**遊び方を誤ると、大きな事故につながる可能性があります。**

つきましては、公園で子ども達が楽しく安全に遊んでいただくために、大人の方の「手が届く」「声が届く」「目が届く」範囲から見守っていただくとともに、次のような不適切な行動や服装で遊んでいる場合は、注意してあげてください。

- 壊れたり、修理中、使用禁止の遊具では絶対に遊ばせない。
- 締め付けの危険があるので、ひも付きの服や手袋、マフラー、水筒、カバンやランドセルなどを着けたままで遊ばない。
- 引っかかる恐れがあるので、上着の前をあけたままでは遊ばない。
- 脱げにくい靴をはいて、靴ひもはしっかり結ぶ。

また、安全・安心な公園をめざして、公園遊具の安全講習会を実施しています。お気軽に公園事務所までご相談ください。

【問合せ】十三公園事務所 ☎6309-0008



ママ友ができるかも?

えほんのおはなし会 in 出張所



淡路駅前の出張所2階えほんコーナーでは、**毎月第3火曜日、11:00～11:30まで**、「えほんのおはなし会」を開催しています。赤ちゃんから小学校就学前までのお子様にとりありの絵本のおはなし会です。事前のお申し込みは不要です。授乳室もありますし、保健師に健康相談もできます。

【問合せ】区役所出張所 ☎6322-0731

区民会館でお茶を点ててみませんか? **要申込み**

「茶道教室」

初心者から上級者までそれぞれの方に、楽しくお茶の世界を感じてもらい、お免状も取ることができます。

【日時】第2・3火曜日(月2回) 18:00～20:00までに入室

【参加費】2,900円/月(材料費含む) **【定員】**15名

【講師】井上 宗清さん(裏千家 准教授)

【持ち物】扇子、帛紗、古帛紗、懐紙、楊枝帛紗ばさみ、白ソックス

※初心者の方は、講師に相談ください。

【申込】窓口または電話

【問合せ】東淀川区民会館(東淡路1-4-53 4階) ☎6379-0700



月に一度の測定日

無料 申込み不要

お子さまの身長と体重を測って記録しましょう

【日時】5月12日(金) 10:00～11:00(受付時間)

【場所】子ども・子育てプラザ 軽運動室(区役所 4階)

※一時保育なし

[子ども・子育てプラザの月間行事はこちら](#)

東淀川区 子ども・子育てプラザ

【問合せ】子ども・子育てプラザ ☎6327-5650



こどもとお出かけ GO!

子育て情報紙「GoGoみのりちゃん」

「子育て情報みのりちゃん」が名前も新たにリニューアルしました!カレンダー形式でサロンやひろばなどの情報をより分かりやすく発信していきます。

【問合せ】子育て・教育 2階25番 ☎4809-9854



保健師の健康一口メモ

ナンバー **56**

「知っていますか? COPD」

●COPDって?

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、タバコのような有害物質を長期間に吸入することで起こる肺の病気です。**喫煙習慣を背景に、中高年に発症する生活習慣病といえます。**

COPDでは肺の内部が破壊されたり気管支が狭くなると、息切れ・息苦しさといった症状が現れます。

平成25年の**東淀川区民の男性死亡原因 第10位**となっています!

●こんな方はCOPDかも?

- 40歳以上である
- タバコを吸っている又は吸っていた
- 咳や痰が長く続いている
- 体を動かした時に息切れを感じる
- 階段の昇降の時に息切れを感じる



●COPDの予防

COPDの予防はタバコを吸わないことです。医療機関などで禁煙治療を受けることもできます。**咳・痰が長く続いている、動作時に息切れを感じる**など気になる症状がある方は、早期に医療機関を受診しましょう。

【問合せ】健康相談 2階24番 ☎4809-9968

子育てメモ

無料 予約不要

※保健福祉センターで実施

●BCG接種

予防接種手帳・母子健康手帳をお持ちください。

【日時】5月9日(火)・6月13日(火) 14:00～15:30

【対象】生後12か月未満の方(1歳の誕生日の前日まで)

※標準的な接種期間は、生後5～8か月です。

【問合せ】感染症(保健企画) 2階22番 ☎4809-9882



●妊婦教室

妊婦さんの交流を中心とした楽しい教室です。

日時	内容
6月 5日(月)	歯科健診と歯の健康
6月12日(月) 13:30～15:30	ママと赤ちゃんの健康 ※終了後にリサイクル衣料を提供します。
7月24日(月)	出産とおっぱい・先輩ママとのお話

【持ち物】母子健康手帳と冊子「わくわく」

●助産師による専門相談

妊娠・出産・授乳・卒乳など気軽にご相談ください。

【日時】5月10日(水)・24日(水)・6月14日(水) 13:30～16:00

【対象】助産師への相談を希望される方

【問合せ】健康相談 2階24番 ☎4809-9968

広告掲載枠

