

子育て

ウェルカムベビースクール (妊婦教室)

無料

妊娠・出産・産後の健康管理や育児に関するお話をします。出産に向けての準備をしながら、楽しく交流しましょう。(月1回の全3回コース・どの月からでも参加可)

- とき** 12月17日(火) 14:00~16:00 (受付 13:40~)
- ところ** 区役所 2階集団検診室
- 対象** 区内在住の妊婦及びその配偶者(パートナーの方も参加可能)
- 内容** 安産に向けて今からすぐにできること!
エア沐浴見学(助産師)
先輩ママと赤ちゃんとの交流会
- 持ち物** 冊子「わくわく」・母子健康手帳・筆記用具
- 問合せ** 区保健福祉課 2階23番
☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

妊婦歯科健診

無料 要申込

- とき** 12月17日(火) (受付13:30~13:50)
- ところ** 区役所 2階201会議室
- 申込み** 12月16日(月)までに(問合せ)へ
- 問合せ** 区保健福祉課 2階24番
☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652

離乳食講習会

無料 要申込

- とき** 12月20日(金) 14:00~15:30
- ところ** 区役所 2階集団検診室
- 内容** 離乳食の進め方について(お話し中心)
- 申込み** 窓口または電話にて(問合せ)へ
- 問合せ** 区保健福祉課 2階24番
☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652

あひるらんど

(地域ふれあい子育て教室)

無料

要申込



可愛い赤ちゃんの顔を見ながら、育児や気になることなど楽しくおしゃべりしませんか?

- とき** 12月17日(火) 14:45~16:00
- ところ** 区役所 2階計測室
- 対象** 生後1~3か月の乳児と保護者
- 内容** 参加者同士の交流、保健師による身体計測・育児相談、ミニ講座
※くわしくは区HP参照
- 申込み** 行政オンラインシステムか電話で(問合せ)へ
- 問合せ** 区保健福祉課 2階23番
☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652



学び

生涯骨太クッキング

メタボ予防からフレイル予防へ

要申込

加齢に伴い食欲が低下し、料理を作る意欲も減退していくため、高齢者の低栄養・フレイル(高齢者の虚弱)が問題となっています。

この教室で、料理の楽しさを知り、ご自身の健康づくりを始めてみませんか。

- とき** 令和7年1月30日(木) 10:00~13:00(受付9:45~)
- ところ** 区役所 2階栄養講習室・集団検診室
- 対象** 区内在住の65歳以上の方
- 定員** 20名(先着順)
- 内容** 講話と調理実習
- 費用** ひとり500円(調理材料費)
- 持ち物** エプロン、三角巾(大きめのバンダナでも可)、マスク、手拭きタオル
- 申込み** 12月6日(金)~12月20日(金) 窓口または電話にて(問合せ)まで。
- 問合せ** 区保健福祉課 2階24番
☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652

11万人が楽しんだ不思議だらけの 科学実験教室

無料 要申込

なぜ?どうして?の発見を楽しみながら自発的学習能力を養おう!

- とき** 令和7年1月11日(土) 13:00~16:00(受付12:30~)
- ところ** いくのパーク多目的室(桃谷5-5-37)
- 対象** 小学生と保護者
- 内容** 鏡の歴史と原理の紹介、鏡(銀鏡、魔鏡)の作製
- 定員** 20名(先着順)
- 申込み** 二次元コードよりお申込みください(12/6~)
- 後援** 大阪市教育委員会
- 問合せ** 特定非営利活動法人 なにわ考房
☎070-2633-0964
Mail naniwakoubou@gmail.com



大阪市ファミリー・サポート・センター 生野支部「提供会員養成講座」

要申込

地域でできる「子育ての応援」を提供会員として一緒にしませんか?

- とき** 令和7年1月15日(水)・17日(金)・22日(水)・24日(金)・29日(水)・31日(金) 13:00~16:50
- 対象** 大阪市在住19歳以上、提供会員及び両方会員として登録の意思のある方
- 定員** 10名(先着順)
- 申込み** 電話・FAX・WEBまたは来館にて WEB申込はこちらから▶
- 締切** 令和7年1月8日(水)
- ところ** ファミリー・サポート・センター生野支部 巽北2-4-16 ☎06-6752-8005



健康・福祉

いくみんのつどい

(地域生活向上教室)

無料 要申込

統合失調症等の精神疾患のある方が、生活習慣を整え、健康管理やコミュニケーションのスキルを身につけ、地域で自分らしく安定した生活ができることを目的に行っています。(毎月第3月曜日13:30~15:30)

- とき** 12月16日(月) 13:30~15:30
- ところ** 区役所 2階集団検診室
- 対象** 統合失調症等の精神疾患を治療中の方
- 申込み** 来庁もしくは電話にて(問合せ)まで。
- 問合せ** 区保健福祉課 2階23番
☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652



みんなの掲示板

地域の方々からの情報を掲載しています。内容については直接お問い合わせください。

お困りのこと、手伝ってほしいこと なんでもご相談ください

無料

相談だけでなく、実際のお手伝いも無料でさせていただきます。できないこともあります。まずは気軽にお尋ねください。

- 問合せ** お手伝い隊事務局 担当:奥野
☎070-5667-9604
Mail Otetsudaitai12@icloud.com

「みんなの掲示板」に掲載ご希望の方へ

希望月の2か月前の5日までに原稿をご提出ください。掲載希望月の1か月前頃までに連絡します。(不掲載の場合は連絡しません。)

※紙面の都合等で掲載できない場合があります。 ※政治・宗教・営業活動に関する記事は掲載できません。

- 申込み** 区企画総務課 4階45番
- 問合せ** ☎06-6715-9683 FAX06-6717-1160

以下は「広告スペース」です