

地域ではぐくむ子どもたち

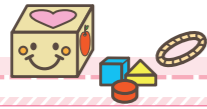
子育て♥

「子育てタウン」アプリ検索!! 登録してね!!

城東区子育て応援アプリ わくわくはじめました



(C) 2012 ASUKOE Partners, Inc.



シリーズ 子育て支援施設

～みんなで子育て! みんなで応援! 子育てサロン～

★関目東地区 わんぱく124 関目2-18-28 関目東老人憩の家

子育て中の親子にとって居心地の良い場所になればと思っています。サロンでいろいろな遊びを楽しんでください。

絵本の貸し出しもしています。ほっこり絵本の世界をのぞいてみませんか?

“えほんのひろば”も開催予定です。

開催日時: 第2木曜日
10:30～11:30



問合せ: 保健福祉課(子育て教育) ☎6930-9068 FAX 6930-9140

2月から子育てサロンを再開します ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、実施内容が変更となる場合があります。

各地区子育てサロンの活動場所や開催日時は、区ホームページにてご確認ください。

問合せ: 保健福祉課(子育て教育)
☎6930-9068 FAX 6930-9140



すこやかに暮らすために

健康

お子さんと一緒に作れる簡単レシピです♪バレンタインにもちょうどいいですね!

レシピ

簡単おやつ♪ チョコバナナ焼き



食育推進キャラクター「たべやん」



材料 [2個分]
チョコレート… 10g
バナナ… 40g
ぎょうざの皮… 4枚
バター… 8g

- 作り方
- ①チョコレート、バナナは適当な大きさに切っておく。
 - ②ぎょうざの皮の真ん中に①のをせ、皮の縁に水少々をつけ、その上にもう1枚の皮をかぶせる。皮の周囲を指でおさえて閉じる。
 - ③フライパンを熱してバターを溶かし、②を並べて両面をこんがり中火で焼く

今回レシピ提供していただいたのは、城東区食生活改善推進員協議会です。写真撮影は、大阪市立大学学生です。

問合せ: 保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

食育活動紹介ポスター展示

区内の保育所・学校・食育関係機関による食育の取り組みをポスターで紹介します。

とき: 2月15日(火)～22日(火)12:00まで
区役所開庁時間(19日、20日は展示なし)

ところ: 区役所1階 区役所ロビー
今年度の食育フェスティバルは新型コロナウイルス感染症予防のため中止とさせていただきます。

問合せ: 保健福祉課(保健)
☎6930-9882 FAX 6930-9936



乳幼児健診のお知らせ

対象児が変更になることがあります。

	実施日	対象者
3か月児健診	2月 7日(月)	令和3年9月24日～10月6日生
	2月 21日(月)	令和3年10月7日～22日生
	3月 7日(月)	令和3年10月23日～11月5日生
1歳6か月児健診	2月 16日(水)	令和2年7月17日～31日生
	3月 2日(水)	令和2年8月1日～15日生
	3月 16日(水)	令和2年8月16日～31日生
3歳児健診	2月 4日(金)	平成30年7月22日～8月4日生
	2月 18日(金)	平成30年8月5日～21日生
	3月 4日(金)	平成30年8月22日～9月8日生

各健診の対象者の方には事前に(2週間前までに)ご案内します。
問合せ: 保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

予防接種・結核健診・各種がん検診等の日程

BCG接種

申込要 無料

とき 2月17日(木)、3月17日(木)
いずれも13:30～15:00

対象 生後12か月未満の乳児

※1歳の誕生日前日まで(標準は5～8か月児) ※予防接種手帳の説明をよく読み、予診票に記入し、母子健康手帳とともにお持ちください。 ※市ホームページから予約してください。(城東区で実施する令和3年度のBCG予防接種は、毎月第3木曜日13:30～15:00です)



歯科相談

申込不要 無料

とき 2月10日(木) 9:30～10:50 対象 市民の方

がん検診(骨粗しょう症検診を除く)を希望される方は、区内の取扱医療機関においても受診できます。取扱医療機関に直接、電話にて実施状況を確認のうえ、必ず「大阪市が実施しているがん検診」と申し出のうえ予約してください。区内の取扱医療機関は、区ホームページでご覧いただけます。

城東区 保健事業 検索

ところ: 区役所2階 保健福祉センター 申込み・問合せ: 保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

献血にご協力をお願いします

申込不要 無料

血液を必要とされる方の尊い命を救うためには、大阪府下では1日1,100人以上の献血が必要となっております。17～69歳(注1)の皆さん、献血(注2)にご協力をお願いします。

(注1) 男性は17歳以上、女性は18歳以上また体重は50kg以上の方から400ml献血にご協力いただけます。65歳以上の方の献血については、献血いただく方の健康を考慮して60～64歳の間に献血経験のある方に限ります。

(注2) 実施日当日は、400mlの献血のみの対応とさせていただきます。成分献血は実施しておりません。

とき: 2月8日(火)14:00～16:30

ところ: 区役所1階ロビー
健康保険証等本人確認できるものをお持ちください。

問合せ: 大阪府赤十字血液センター
☎6962-7001



※ご希望の方には、検査結果を後日郵送にてお知らせする検査サービスがございます。ご自身の健康管理にお役立てください。

※当日の問診等により献血をご遠慮いただく場合がございます。

40歳になったら特定健康診査を受けましょう

申込不要 無料

とき: 2月10日(木) 9:30～11:00
※令和3年度の日程は終了となります。

ところ: 区役所2階 保健福祉センター

対象: 大阪市国民健康保険加入者(40歳以上)
後期高齢者医療保険加入者

※受診券と保険証を必ずご持参ください ※がん検診を同日に予約されている方は、先にごがん検診の受診をお願いいたします

問合せ: 受診券については
大阪市国民健康保険加入者: 窓口サービス課(保険年金: 保険) ☎6930-9956 FAX 6932-0979
後期高齢者医療保険加入者: 大阪府後期高齢者医療広域連合給付課 ☎4790-2031 FAX 4790-2030
受診内容等については保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

大腸がん検診・肺がん検診・乳がん検診・骨粗しょう症検診

令和3年度については、予約受付を終了しました。令和4年度の日程等については、3月号特別折込みで掲載予定です。

結核健診

申込不要 無料

とき 2月22日(火)、3月22日(火)
いずれも10:00～11:00

対象 15歳以上の市民の方 内容 胸部エックス線撮影

※結核は早期発見、早期治療が大切です。年1回は健診を受けましょう。

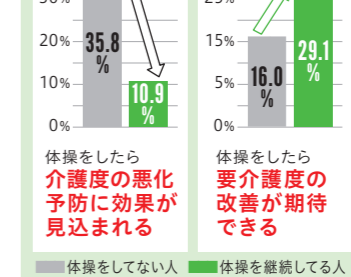
百歳体操をはじめませんか?

区内76か所で、約1,600人の方が体操をしています。体操の効果も証明されており、参加者の方からは、嬉しいお声をたくさんいただいています。新型コロナウイルス感染症予防対策をしながら実施しています。皆さんも始めてみませんか。

百歳体操の効果

1年以上体操継続後、要支援であった方の要介護度が悪化した割合

1年以上体操継続後、要支援であった方の要介護度が改善した割合



体操をしたら介護度の悪化予防に効果が見込まれる

体操をしたら要介護度の改善が期待できる

3か月間の変化

- ・体力がついた
- ・腰や膝の痛みがなくなった
- ・歩く時、杖やシルバーカーが要らなくなった
- ・階段昇降が楽になった
- ・気持ちが明るくなった
- ・体操以外の楽しみができた
- ・他の参加者とのふれあい など



問合せ: 保健福祉課(保健活動)区役所2階22番窓口
☎6930-9968 FAX 6930-9936

