

すこやか PARTNER つうしん

すこやかパートナー向け情報誌

vol.38 

(令和6年3月発行) すこやか大阪21 (いっぽくん)

発行・編集:大阪市健康局健康推進部健康づくり課

大阪市民の健康づくりを応援する「すこやかパートナー」の活動を紹介する「すこやかPARTNERつうしん」(第38号)を作成しました!すこやかパートナーの活動や、健康づくりに関する情報を掲載していますので、皆さんの健康づくりにお役立てください。

すこやかパートナーのご協力で実施した大阪市のイベント紹介

※一例の紹介です。他の団体の方にも、様々なイベントや広報等にご協力をいただいています。

9/16

「癒しと学びのOsaka cityフェスタ」
～ヨガやクイズなどを楽しもう!～



YACYBER(株)(食の学び)



アフラック(がんを知る展)



(大腸がん検診探便体験モデルの展示)



(腸活ヨガで大腸がんの知識も)

●大腸がん予防啓発イベント●

「NPO法人プレイブサークル運営委員会」との共催開催

10/23

骨活miniマルシェ開催!
～骨から美しく～



アンシー'sストレッチヨガスタジオ
(座ってできる顔ヨガ)



アステラス製薬(株)
(姿勢アプリ)



大阪ガスネットワーク(株)
(食育クイズ)

●骨粗しょう症予防啓発イベント●

それぞれの知識や強みを
生かして、展示やクイズ、
体験を通して、健康に関する
情報を市民の方に伝えて
いただきました。

すこやかPARTNERつうしんに関する、お問い合わせ、要望、ご意見等については、
大阪市健康局健康推進部健康づくり課まで TEL 06-6208-9961 FAX 06-6202-6967
Email sukoyaka21@city.osaka.lg.jp
すこやかパートナーHP (<http://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000026640.html>)

目次

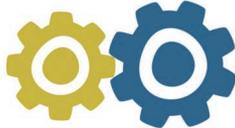
- ・ すこやかパートナーのご協力で実施した大阪市のイベント紹介 P1
- ・ 4月9日は子宮の日 子宮頸がんについて知ろう!、少しの時間でムリなく運動をしましょう! . . . P2
- ・ おおさかチャチャッと卒煙 P3
- ・ パートナー活動の紹介 P4～6
- ・ パートナー団体の紹介 P7
- ・ 大阪市健康増進計画「すこやか大阪21(第3次)」及び第4次大阪市食育推進計画がスタートします! . . . P8

4月9日は子宮の日 子宮頸がんについて知ろう！

子宮頸がんは、
20～30歳代に増えてきており、30代後半がピーク
 原因のほとんどが、**ヒトパピローマウイルス(HPV)による感染**



2つの子宮頸がん対策



HPVワクチン

HPVの感染を、約9割予防することのできるワクチンです(9価ワクチン)

【対象者】
 ①定期接種
 小学校6年生～高校1年生の年齢相当の女子

②キャッチアップ接種
 平成9年4月2日～平成20年4月1日
 生まれの女性(未接種者)

【費用】
 無料(ただし対象者②は、令和7年3月末まで)

大阪市 HPVワクチン  検索




子宮頸がん検診

がん検診は、早期にがんを発見する唯一の方法です

【対象者】
 20歳以上の女性 2年度に1回

【費用】
 400円(大阪市の場合)



※勤務先や健康保険でがん検診の受診機会がある方は、勤務先等にお問い合わせください。

大阪市 子宮頸がん検診  検索



対象要件など詳細は
 ホームページをご覧ください

大阪市では、肺がん・大腸がん・胃がん・乳がん・前立腺がん検診も実施しています。「大阪市がん検診」で検索してください。

少しの時間でムリなく運動をしましょう！

職場で

- 自転車や徒歩で通勤してみませんか？
- エレベーターよりも階段を積極的に利用してみませんか？



地域で

- 近くの公園や運動施設を見つけて利用しましょう！
- 近所に散歩に適した歩道やサイクリングを楽しめる自転車レーンはありませんか？

おおさか

チャチャッと 卒煙

大阪市では、大阪・関西万博に向けた市内路上喫煙禁止に合わせて、禁煙に挑戦する人を応援しています。たばこをやめられないのは、**ニコチンの依存性**が原因です。過去に禁煙に失敗したことがある人も、**失敗の度に成功に近づいています!**あきらめずに、ご自身に合った方法を探しましょう。

NEWS 多くの家庭で禁煙に取り組まれています

「これまでに喫煙者がいたことがある家庭」の内、
「禁煙した人がいる」家庭は約**70%**です。

禁煙した理由

- 1位：健康のため
- 2位：子どもができたから
- 3位：たばこ代が高いから

禁煙した人も喫煙している人もいる 10%

喫煙者がいたことのある家庭

禁煙し、今は喫煙者がいない 59%

今も喫煙者がいる 31%

令和4年度 大阪市実施 小学生の保護者向け「家庭内での受動喫煙に関するアンケート」より

あなたに合った禁煙方法を選びましょう

今だけ約6万円のサポートが**無料!**

自力

自分の**意思**や**対処療法**で乗り切る他、自分で薬局等にて薬（ニコチンパッチやニコチンガム）を購入する

吸いたくなったら…

- ・水を飲む
- ・おしゃべりして吸いたい衝動を1分我慢

オススメの人

初めての禁煙
費用をかせずに挑戦したい人
通院の時間がない人

外来治療

3か月間、病院で医師の診察や処方を受ける

- ・医療用ニコチンパッチ等の処方あり
- ・保険適用で2万円程度



禁煙外来一覧

オススメの人

喫煙歴が長い
何度も失敗したことがある人
既往歴のある人

アプリ

6か月間、オンラインで専属カウンセラーがサポート

- ・薬の送付
- ・オンライン面談
- ・24時間アプリでの学習やチャット相談



詳細はこちら



対象者

喫煙している妊婦、
妊婦や20歳未満と同居している人

パートナー活動の紹介コーナー



☆カネソン株式会社

都島区保健福祉センターと連携し、区内在住の妊娠中に働くプレママとプレパパを対象にした「プレワーキングマザーのための出産直前講座」に協賛しています。保健師や助産師による働くママならではの育児情報や育児の準備、おっぱいケアの方法などについて学ぶ講座です。当社からは、母乳育児のために妊娠中からできることや出産後のトラブルについての予備知識をサポートグッズとあわせてご紹介しています。また、ミルク育児に使える便利グッズなど産前産後に役立つグッズの展示をしております。

開催日: 奇数月の土曜日

開催場所: 都島区保健福祉センター分館2階



☆若者にHPVワクチンについて広く発信する会 Vcan

「知らないまま後悔しないで。防げるがんは防ぎたい。」医学生が中心となり、HPVワクチン接種に関する正しい知識や体験談を共有し、若者が自分で接種するかどうかを決められるよう全国各地で活動中です。「なんで誰も教えてくれへんかったん?」とならないよう、年の近い大学生が中学校、高等学校の生徒さんに直接伝えるため、出張授業を進めています。学校関係者・自治体の皆様!ご相談、ご連絡お待ちしております。

info@vcan-hpv.org



☆平野区健康づくり推進協議会 健康友の会

- ・令和5年度ボランティア功労団体厚生労働大臣表彰を受賞しました!
- ・令和6年1月10日(水)、介護予防教室「にこにこ教室」(喜連北老人憩の家)で担当保健師と一緒に笑いヨガと耳の体操の講師を担当しました。笑うことで免疫カアップ、ストレス解消になり、たとえ作り笑いでも脳が勘違いして細胞が活性化されます。耳の体操も自律神経を整える効果があります。いきいきと暮らすため、普及啓発活動を通じて地域の健康づくりの活動に取り組んでいます。



☆株式会社 明治 関西支社

ダイレクトリレーション一課

【明治の食育】小・中学校への出前授業、大人向け健活セミナーを開催しています。「食」の価値や健康を通して、「知る」「学ぶ」「楽しむ」という場を提供、お客様の食生活をサポートして参ります。

【開催日時】平日(月~金)開催ご希望日の1か月以上前までにお申し込みください。

【参加人数】25名様以上でお申し込みください。

お問い合わせ: 06-6949-1161

ホームページ:

<https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/seminar/>



☆このはな元気! 区長と歩こう会

当会は、区長の日程に合わせて、月1回ウォーキングを開催。

万博500日前、日本最大級の巨大ミャクミャクを描いた垂れ幕が此花区役所に登場!

万博481日前、区役所、区民一休ホールで撮影。

皆さん、万博を盛り上げよう!という心意気です。

問い合わせ: 06-6463-0692(菅生)



☆雪印メグミルク株式会社 関西コミュニケーションセンター

今年度は、8月~10月西淀川・福島・此花・東成・淀川・城東の各区役所での食育展に参加しました。また社会福祉協議会様、老人福祉センター様等で「骨・カルシウムセミナー」を実施し、骨の役割やカルシウムの働き、カルシウムの摂取量及び、牛乳・乳製品を使った簡単レシピをお伝えしています。その他にも「チーズセミナー」「ヨーグルトセミナー」などの食育プログラムを講師派遣でお伝えします。(講師料・交通費等無料)

●月曜~金曜の平日 ●約60分

●参加人数は20名様以上。

●お問合せは食育担当 ☎06-7670-3006または kansaisyokuiku@meg-snow.com迄

☆郵政近畿共助会大阪市北支部

淀川クリーンアップ活動と大塚切れ洪水碑に学ぶ防災ウォーク

淀川開削に携わった鴻池忠次郎氏を祖とする鴻池運輸さんの「淀川クリーンアップ活動」に「すこやかパートナー」の「このはな元気!一区長と歩こう一会」さんのお誘いで此花郵政事業協会も参加しました。今回清掃後、大正6年10月に起きた淀川大洪水(淀川堤防が決壊し1か月以上浸水に苦しみ堤防をわざと切って排水)の「大塚切れ洪水碑」が対岸200m上流にあることからクリーンアップ活動と大塚切れを学ぶ防災ウォークに参加しました。

お問い合わせは 大川 090-8193-4804まで



☆東成区健康づくり推進協議会 すみれの会

10月3日阿倍野防災センター「あべのタスカル」で自分の身は自分で守るため「防災体験学習会」を実施、施設見学と「タスカルコース」の体験学習を受講しました。12月5日はヤクルトレディの方々に健康講座で腸活のお話をして頂き、その後、脳活性化のため干支(辰)折り紙の色紙づくり講習会を行いました。令和6年3月に区内ウォーキングを予定しています。

連絡先 志野紀美子 06-6976-9491



☆東成区食生活改善推進員協議会

東成区保健福祉センター分館で「親子の食育教室」

夏休みに引き続き、12月26日に「冬休み親子の食育教室」を実施しました。メニューは、「デコレーション寿司、照り焼きレンコンハンバーグ、ゆらゆらわかめのすまし汁、ミルクゼリー」の4品。

デコレーション寿司では牛乳パックを使って一人分ずつ押し寿司を作り、上に飾り付けをしたので、子ども達一人ひとりが楽しんで作っていました。

「親子の食育教室」はひがしなりだよりで公募し、今年も夏に実施予定です。



☆住吉区健康づくり推進協議会 (かきつばたの会)

令和5年12月7日(木)に健康に関する講演会を開催しました。歯科医師・河野智生先生をお招きして「全身に影響を及ぼす歯周病について」という題名で講演していただき、144名の会員の方々に参加していただきました。講演後は「あしたも笑顔」という健康体操座位バージョンを会場の皆様と一緒に行いました。



☆公益社団法人 大阪府歯科衛生士会

令和5年10月7日(土)住吉区健康まつり&食育展、10月21日(土)鶴見区食育フェスタ&健康展に参加協力しました。「食事と会話を楽しもう!~おくちの健康を応援します~」をテーマに健口体操の紹介や口腔清掃のワンポイントアドバイス、早口言葉やストロークーツでお口の力試し、「噛む」クイズ、「お口の健康管理」に役立つパネル展示を行いました。区民の皆さまからも「これからは、よく噛むことが大事だと分かった」などのお声をいただきました。当会ホームページでも常に新しい情報を掲載しておりますので是非ご覧ください。

問合せ:TEL 06-4302-4767



☆子どもに無煙環境を推進協議会

5/31世界禁煙デーの講演会とライトアップ(予定)

<https://notobacco.jp/muen/>

5月31日の世界禁煙デーのイベントを大阪でも予定しており、大阪は近畿府県内でも健康寿命が短かめで、かつ喫煙率が高めなので、「いのち輝く大阪」をめざし、受動喫煙防止と禁煙推進が課題です。今年から第三次健康日本21が推進されていくのに伴い、禁煙場所の拡大、禁煙治療や支援の推進、タバコの依存性低減のための法整備などが必要ですが、大阪のあちこちでイエローグリーンのライトアップにご注目ください。



☆公益財団法人骨粗鬆症財団

世界骨粗鬆症デーの企画として10月23日に開催された「骨活マルシェ」

(共催:大阪市健康局健康づくり課、公益財団法人骨粗鬆症財団)において、財団賛助会員であるポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社やワダカルシウム製薬株式会社、一般社団法人Jミルクの協力を得て、骨粗鬆症啓発のブース展示を行い、多くの市民の皆様にご参加いただきました。毎年10月20日は世界骨粗鬆症デーです。骨は全身の健康や見た目の若さにも影響します。骨の大切さを見直してみませんか。

10月20日には大阪城がイメージカラーのブルーにライトアップされました。

ご覧いただけましたでしょうか。

骨粗鬆症財団 YouTubeチャンネル



☆株式会社リブドゥコーポレーション

一般社団法人日本認知症予防協会様との協働活動で、リブドゥコーポレーションが運営する介護生活メディア「介護にプラス Live+Do」に記事を連載していただきました。記事では、認知症に関する基本知識や認知症を予防する知恵、困りごと解決のヒントを事例と共にご紹介しています。ぜひ、ご覧ください!

「介護にプラス Live+Do」お問合せフォーム:

<https://live-plus-do.com/contact/>

一般社団法人日本認知症予防協会様ホームページ:

<https://www.mci-j.com/>



考える認知症ケア

2023.06.17

【日本認知症予防協会監修】認知症を知ろう



☆公益社団法人 大阪府栄養士会

栄養ケア・ステーションにて、皆様の日頃の栄養・食事についての悩みにお応えしています。お気軽にご相談ください。

≪相談日≫

毎週火・木曜日(祝日を除く)午前10時~午後4時

≪相談費用≫

無料 通信料金のみご負担ください

相談・問合せ先TEL 06-6942-2499

メールやFAXでもお受けしています。

メール eiyoucare.osaka@gmail.com

FAX 06-6943-7670

☆北区健康づくり推進協議会

令和5年9月 研修会 見学と歩育を実施しました

・咲洲庁舎展望台

2025年大阪関西万博会場予定地を観て、万博開催されたら行こうねと楽しみです。

・おおさかATCエイジレスセンター

エイジレスセンターは健康、福祉、介護関係の常設展示場でスタッフの方にわかりやすく説明して頂きました。車椅子や二階への移動、階段を椅子に座って試乗体験をさせて頂きました。

いろいろのコーナーが有り、楽しく過ごせるとともに、たくさん観せて頂きとても参考になりました。ありがとうございました。

☆北区アンシー'sストレッチヨガスタジオ

2023年活動報告

○「子育てYOGAサークル」

10/6開催 保育士のヨガ講師が育児中のお母さんのセルフケア法を指導。お母さん30代~40代、1歳未満の赤ちゃんが参加 受講後の声・体がすっきりした・子供も笑顔、ママもリフレッシュ・肩まわりがすごく楽になりました・心が落ち着いた・自分に集中できた

○健康づくり椅子でできる「アンシー先生の顔YOGA」

10/23 骨活miniマルシェ、10/28食育&健康セミナー

東成区役所保健福祉センターにて。姿勢改善のお話も熱心に聞いていただき、ストレッチや呼吸法も行いました。

問合せ 06-6354-6890 アンシー'sストレッチヨガスタジオ



こちらが、すこやかパートナーの皆さんです！



すこやかパートナー団体の紹介をホームページで行っています。

詳しくは

[すこやかパートナー](#)

[検索](#)

すこやかパートナー登録団体(R6.2.1 現在 307団体)

※五十音順

NPO 法人 1 億人元気運動協会	加圧・ピラティススタジオ B&B	新大阪小倉屋株式会社	生活協同組合 ヘルスコープおおさか 健康づくり委員会
アイビィ株式会社	カウンセリングオフィス AXIA	新町1丁目の整骨院	有限会社ポリスポット (明光義塾)
株式会社アカカベ	カゴメ株式会社 大阪支店	心理カウンセリングのフルフィルメント	株式会社マルタマフーズ
株式会社アクセルファクター	カゴメ株式会社 大塚山店	株式会社スタジオアリス	三井住友海上あいおい生命保険株式会社 近畿営業部大阪北生支社
朝日生命保険相互会社 大阪統括支社	カタログ FX	スタジオ ルーズフィット	三井住友海上あいおい生命保険株式会社 金融法人営業部西日本営業第一課
朝日生命保険相互会社 南大阪支社	カネソン株式会社	株式会社ストーン・フィールド	三井住友海上火災保険株式会社 関西企業営業第三部
味の素株式会社 大阪支社 西日本広報グループ	株式会社カルチャー・ケア・サービス	スポーツコンディショニング球武	三井住友信託銀行 梅田支店 / 阪急梅田支店
アステラス製薬株式会社 守口グループ	関西医薬品協会 くすり相談研究会	スリーロック株式会社	一般社団法人 港区歯科医師会
アステラス製薬株式会社 大阪中央グループ	関西スーパー南堀江店	一般社団法人 生活安心事業団	株式会社明治 関西支社
アステラス製薬株式会社 北摂グループ	関西スーパー古市店	一般社団法人セレッソ大阪スポーツクラブ	桃が池体操・民謡倶楽部
アストラゼネカ株式会社	関西スーパー南江口店	全国健康保険協会 大阪支部	ももの会
アドバンス キャンサーサポート	関西スーパー蒲生店	一般社団法人 全日本ノルディック・ウォーク連盟	森永乳業株式会社 西日本支社 お客様相談室
アフラック大阪総合支社	関西スーパー市岡店	相愛大学 発達栄養学科	森ノ宮医療学園専門学校
アペノ・中国気功桃華会	関西スーパー瑞光店	そうごう薬局 都島店	森ノ宮医療大学
あべのハルカス近鉄本店 緑活事務局	関西スーパー今福店	損害保険ジャパン株式会社	株式会社ヤクルト本社 中日本支店
医療法人 新井歯科医院	関西スーパー善源寺店	大王製紙株式会社	大阪東部ヤクルト販売株式会社
アレクシオンファーマ	関西スーパー住之江店	大正区老人クラブ連合会	近畿中央ヤクルト販売株式会社
アンジー's ストレッチヨガスタジオ	関西スーパー長居店	大地の会 (大阪市在住地域活動栄養士の会)	南大阪ヤクルト販売株式会社
杏総合治療所	関西スーパー福島店	田中ビジネスサポート株式会社 シニアビジネス支援事業部	ヤンセンファーマ株式会社
アントプロダクション株式会社 リバティワークス編集部	関西スーパーベルタ店	田辺三菱製薬株式会社 関西支店	郵政近畿共助会大阪市北支部
一富士フードサービス株式会社 近畿支社	関西スーパー内代店	一般社団法人 ダンス教育振興連盟JDAC	雪印メグミルク株式会社 関西販売部 関西ユニバーシティ
株式会社ウェルネス & スマイル(フィットネス実践クラブ)	関西スーパー大和田店	NPO 法人ちえびら	有限会社ゆとりすと
合同会社ウェルネスオープンリビングラボ	株式会社関電 L&A 事業部 企画営業グループ	中外製薬株式会社 大阪支店	友梨ソファファミリーサークル
NPO 法人 ウェルネスライフ応援協会	一般社団法人 聴きプロ.com	NPO 法人つなげる	養命酒製造株式会社
NPO 法人 海・空・太陽	特定非営利活動法人 キャンサーネットジャパン	株式会社ディーアインパクト	ヨガーシス
イトマスターメソッド協会	協和キリン株式会社 大阪支店	天神小林整骨院	ヨガスタジオ フォレスタ
エーザイ株式会社エーザイ・ジャパン 大阪統括部	キンピバレッジ株式会社 営業本部近畿圏地区本部	株式会社 天満不動産	公益財団法人 ライオン歯科衛生研究所
大阪府健康管理士会	近畿自衛衛友の会	東京海上日動あんしん生命保険株式会社	株式会社 ラヴィコーポレーション
大阪ガスネットワーク株式会社(Daigasグループ)	クオール株式会社	東京海上日動火災保険株式会社 関西公務金融部	ラヴィン・ベビー・タッチ
NPO 大阪活性化推進総研	グラクソ・スミスクリライン株式会社	とーたるぼいでいわく humor	株式会社楽笑
大阪がんえすナビ制作委員会	ケアフィット	NPO 法人なの絵本	ラッキーヨガ
大阪きつがわ医療福祉生活協同組合	ケムラン~屋内完全禁煙飲食店を応援する会~	株式会社なの花西日本	株式会社リリア
一般財団法人 大阪環境保健協会	一般社団法人 健康栄養支援センター	ニッタイ株式会社	株式会社リハステージ
学校法人 大阪滋慶学園 大阪医療福祉専門学校	合同会社健康サポートプロジェクト	特定非営利活動法人日本アトピー協会	株式会社リリアドコーポレーション
大阪市職員労働組合 環境保健支部	一般社団法人 健康寿命世界一	NPO 法人 日本いきいきらいふ協会	リリー・フォー・ライフ大阪実行委員会
大阪市男女いきいき財団	NPO 法人 健康寿命増進機構	一般社団法人日本エイジレスパレ・ストレッチ協会	リリー・フォー・ライフ・ジャパン大阪あさひ実行委員会
大阪市ママさんバレーボール連盟	健康マスター関西会	特定非営利活動法人 日本健康住宅協会 住まい方部会	株式会社ルネサンス
大阪府役所医師会	株式会社健志	NPO 法人 日本コンチネンス協会	レコードブック 三先
公立大学法人大阪 大阪公立大学大学院医学研究科・医学部医学科	一般社団法人 公園からの健康づくりネット	一般社団法人 日本食医食協会 大阪分室	株式会社ロイヤルグリーン
大阪公立大学 都市健康・スポーツ研究センター	高津理容美容専門学校	日本食糧新聞社 関西支社 ふれあいクッキング局	一般社団法人 ロカロジ協会
一般財団法人 大阪スポーツつみどり財団	ゴールドジム大阪中之島	ゴールドジム大阪中之島	ロシュ・ダイアグノスティクス株式会社
大阪の医療の未来を考える会	ゴールドジム十三大阪	日本生命保険相互会社 本店公務部	ロングライフホールディング株式会社
生活協同組合おおさかバルコープ	ゴールドジム梅田大阪	一般社団法人 日本統合健康協会	若者に HPV ワクチンについて広く発信する会 Vcan
NPO 法人大阪ひまわりの会	ゴールドジム心斎橋大阪	公益社団法人 日本WHO協会	一般社団法人 ワーシャル
公益社団法人大阪府栄養士会	株式会社国際興業大阪	日本調剤 阿波座薬局	株式会社ALTURA
公益社団法人 大阪府看護協会	こころ.COM (株式会社メンタルプラス)	日本調剤 中津薬局	ASOBOAD
大阪府公衆浴場業生活衛生同業組合	公益財団法人 骨粗鬆症財団	一般社団法人 日本認知症予防協会	ATC エイジレスター
一般社団法人大阪府歯科医師会	子どもに無煙環境を推進協議会	一般社団法人日本マインドヘルス協会	Body Works Osaka
公益社団法人 大阪府歯科衛生士会	このはな元気!区長と歩こう会	認知症は怖くない	BTU 大阪ストレスマネジメント研究所
公益社団法人 大阪府柔道整復師会	小林整骨院 寺田町	認知症予防サポート協会	株式会社 Doctor's Fitness
公益社団法人 大阪府鍼灸マッサージ師会	小林製薬株式会社	熱中症予防声かけプロジェクト	株式会社 FelizGate
大阪府ママさんバレーボール連盟	さくら薬局グループ	野田新橋筋商店街振興組合	一般社団法人 HPV についての情報を広く発信する会
一般社団法人大阪府薬剤師会	サラヤ株式会社	株式会社 ハーティネス	NPO 法人 J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)
大阪府療術師会	認定 NPO 法人子宮頸がんを考える市民の会	株式会社はと・りーふ	株式会社 KMC あすなる整骨院
大阪ヘルシー外食推進協議会	資生堂ジャパン近畿営業本部	パパの育児・看護・介護支援センター	NPO 法人 kun ころの宮
大阪メチャハピ祭実行委員会(NPO 法人 オー・イチ・ピー)	資生堂ジャパン近畿支社	株式会社阪神調剤薬局 ちしまメディカルパーク店	NPO 法人 MY フィットネス道
大阪夕陽丘学園短期大学	シナジア	東成母子会	Ordermade Labo ARBA
大塚食品株式会社 大阪支店	シニア@プロジェクト	美プログラム	SAY 株式会社
大塚製薬株式会社 大阪支店	ジャパンワクチン株式会社	株式会社ファンデリー 大阪支社	Smile Station
大手前学園 (食育伝え隊)	秀真書道学院	財団法人フィットネス 21 事業団 (西淀川区)	株式会社 STYLE
国家公務員共済組合連合会 大手前病院	10 年たっても元気でプロジェクト	株式会社フード・ケア	T-KIDS シェアスクール 梅田 KANDAI Me RISE
王霊芝鍼灸院 / 気功推拿整体院	株式会社ジョイウィング	プリーセラピー・カウンセリング・センター	YACYBER 株式会社
株式会社 オズキューブ	株式会社 常翔ウェルフェア	株式会社 プリック薬局	
おやこむすびキッズクラブ	医療法人 松徳会桃山クリニック	特定非営利活動法人 プレイサークル活動委員会	
オリジン東秀株式会社	食育 net しろな	株式会社ヘルスアンドフィットネス	

大阪市食生活改善推進員協議会	東淀川区食生活改善推進員協議会	大阪市健康づくり推進協議会	東淀川区健康づくり推進協議会(あじさいの会)
北区食生活改善推進員協議会	東成区食生活改善推進員協議会	北区健康づくり推進協議会(いきいきばらの会)	東成区健康づくり推進協議会(すみれの会)
都島区食生活改善推進員協議会	生野区食生活改善推進員協議会	都島区健康づくり推進協議会(あゆみ会)	生野区健康づくり推進協議会(カトリア会)
福島区食生活改善推進員協議会	旭区食生活改善推進員協議会	福島区健康づくり推進協議会(すこやか会)	旭区健康づくり推進協議会(わかばの会)
此花区食生活改善推進員協議会	城東区食生活改善推進員協議会	此花区健康づくり推進協議会(この花なでしこ会)	城東区健康づくり推進協議会(みどりの会)
中央区食生活改善推進員協議会	鶴見区食生活改善推進員協議会	中央区健康づくり推進協議会(パンジーの会)	鶴見区健康づくり推進協議会(鶴見ふれんど会)
西区食生活改善推進員協議会	阿倍野区食生活改善推進員協議会	西区健康づくり推進協議会(コスモス会)	阿倍野区健康づくり推進協議会(梅の会)
港区食生活改善推進員協議会	住之江区食生活改善推進員協議会	港区健康づくり推進協議会(のぞみ会)	住之江区健康づくり推進協議会(松の会)
大正区食生活改善推進員協議会	住吉区食生活改善推進員協議会	大正区健康づくり推進協議会(ふれあいの会)	住吉区健康づくり推進協議会(かきつばたの会)
天王寺区食生活改善推進員協議会	東住吉区食生活改善推進員協議会	天王寺区健康づくり推進協議会(夕陽の会)	東住吉区健康づくり推進協議会(東住吉区健康づくりの会)
浪速区食生活改善推進員協議会	平野区食生活改善推進員協議会	浪速区健康づくり推進協議会(あすなる会)	平野区健康づくり推進協議会(平野区健康友の会)
西淀川区食生活改善推進員協議会	西成区食生活改善推進員協議会	西淀川区健康づくり推進協議会(つくし会)	西成区健康づくり推進協議会(旭の会)
淀川区食生活改善推進員協議会		淀川区健康づくり推進協議会(ほほえみ会)	

大阪市健康増進計画「すこやか大阪21(第3次)」及び第4次大阪市食育推進計画 がスタートします!

大阪市健康増進計画「すこやか大阪21(第3次)」

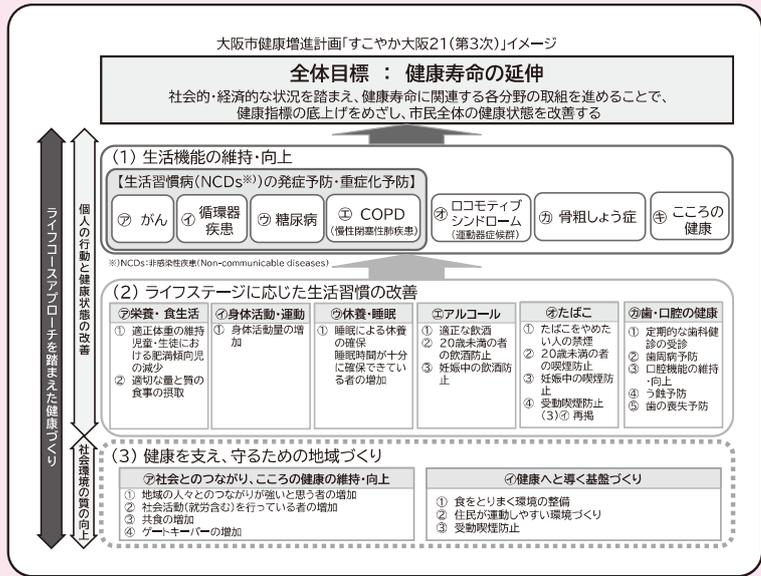
大阪市では、大阪市健康増進計画「すこやか大阪21(第2次後期)」の最終年度にあたる令和5年度に実施した評価から得られた課題等を踏まえて、継続的に健康づくりを推進するため、大阪市健康増進計画「すこやか大阪21(第3次)」を策定しました。令和6年度から12年間の計画としてスタートします。

■基本理念

「全ての市民がすこやかで心豊かに生活できる活力あるまち・健康都市大阪の実現」

■新たな視点

- ・ 誰一人取り残さない健康づくりの展開 (Inclusion)
- ・ より実効性をもつ取組の推進 (Implementation)



シンボルマーク「いっぽくん」



詳しくはこちらをご覧ください



「第4次大阪市食育推進計画」

大阪市では、「第3次大阪市食育推進計画」の最終年度にあたる令和5年度に実施した評価から得られた課題等を踏まえて、継続的に食育を推進するため、「第4次大阪市食育推進計画」を策定しました。令和6年度から12年間の計画としてスタートします。

スローガン 「かしこく食べよう!ゲンキをつくらう!」

【基本方針】市民一人ひとりが食に関する知識と食を選択する能力を養い、健全な食生活と心豊かな生活を送ることができるようにする

【めざす姿】かしこく食べる・食に関する適切な判断力を持ち、その実践ができるゲンキをつくる・適切な食生活によって健全な心と体を育み、生涯にわたって健やかな生活を送ることができる



ゲンキをつくらう!

大阪市食育推進キャラクター【たべやん】

■8つの基本テーマ

- | | | |
|------------|-----------|----------|
| バランスよく食べよう | 朝ごはんを食べよう | 野菜を食べよう |
| 減塩しよう | 一緒に食べよう | よく見て食べよう |
| よく噛んで食べよう | 大切に食べよう | |

詳しくはこちらをご覧ください



皆さんの健康づくりに健康手帳をご活用ください。

詳しくは右のQRコードをご参照ください。



心のサポーター養成研修

身近な人のこころの不調に気づき
耳を傾け、てあてをできる人になりませんか?
問合せ先：大阪市こころの健康センター (06-6922-8520)

