



健康



2回目の麻しん風しん混合(MR) ワクチンの接種を忘れていませんか？

無料

麻しん(はしか)と風しんは、感染力が強い病気です。特別な治療法がなく、ワクチン(予防接種)だけが身を守る唯一の方法です。1回接種のみでは免疫がつかなかったり、免疫が持続せずにかかってしまうことがあります。2回の接種で97～99%の子どもに免疫をつけることができます。しかし、浪速区の2期接種率(令和5年度)は82.5%(大阪市内ワースト2位)です。小学校就学前に必ず2回目の予防接種を受けましょう!!



対 象 2期対象者:小学校就学前の1年間(年長児)(令和8年3月31日までに無料で接種可能なのは、平成31年4月2日から令和2年4月1日生まれの方です)

※1期対象者は、生後12か月～生後24か月に至るまでの方

詳細は
こちら



持ち物 母子健康手帳・予防接種手帳

※転入などにより大阪市の予防接種手帳を持っていない場合、母子健康手帳をお持ちのうえ、区役所34番窓口へお越しください。

問合せ 区 保健福祉課(保健)

☎ 6647-9882 ☎ 6644-1937

精神科医師による こころの健康相談

無料

要申込

「最近よく眠れない」「気持ちが落ち込む」「なぜか不安」「イライラする」「受診した方がいいのかな」など、こころの変調に気づいたら、専門の医師に相談してみませんか?解決に向けて一緒に考えていきましょう。

日 時 5月16日(金)午後、5月22日(木)午前

場 所 区役所 **申 込** 電話

問合せ 区 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 6647-9968 ☎ 6644-1937

統合失調症等 家族教室のご案内

無料

要申込

いつ起こるかわからない災害について学び、備えることは大切です。身の回りにある危険に気づくことから始め、備えについて考えてみませんか。

日 時 5月15日(木) 14時～16時 **場 所** 区役所

対 象 統合失調症と診断された方の家族

内 容 災害被害を最小限にするために
～体感!阿倍野防災センター～

申 込 電話

問合せ 区 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 6647-9968 ☎ 6644-1937

最適な医療・介護サービスを受けるために役立つカード A(ええ)ケアカード

無料

要申込

Aケアカードをお持ちいただくと、医療・介護サービス提供者が利用者の状況(病状・身体状況など)をリアルタイムで共有・相談できるため、利用者にとって最適な医療や介護ケアを行うことができます。ぜひご利用ください!

業者の声(浪速区薬剤師会)

Aケアカードは、医療と介護の情報を連携するための浪速区独自のシステムです。医師、歯科医師、薬剤師、看護師、ケアマネジャーなどが患者様の情報をリアルタイムで管理し、診察・調剤・介護にフィードバックすることで、より良い医療・介護サービスを提供することが可能となっています。例えば、薬局では普段からお薬手帳などを用いて患者様の薬の飲み合わせのチェックなどを行っていますが、Aケアカードを持っておけば、お薬手帳に記載のない薬のことを調べたり、今の健康状態により適したお薬の情報を医療機関に提供することなどができます。医療・介護サービスを受けるうえで大変便利なAケアカードをぜひ持ちましょう!

浪速区薬剤師会

詳細は
こちら



問合せ 区 保健福祉課(保健)

☎ 6647-9882 ☎ 6644-1937

子育て情報



わくわく教室 ～赤ちゃんとの出会い～

無料

要申込

安心して出産を迎えられるように学んだり、妊婦さん同士交流してみませんか?

日 時 妊娠編:6月3日(火) 準備編:6月10日(火)
出産編:7月15日(火) 体験編:7月22日(火)
いずれも13時30分～15時30分

場 所 区役所3階 集団検診室

対 象 区内在住の初妊婦とその家族

持ち物 母子健康手帳、テキスト「わくわく」、筆記用具
(体験編は歯ブラシをお持ちください)

申 込 体験編のみ要予約(先着15名)

詳細は
こちら



問合せ 区 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 6647-9968 ☎ 6644-1937

ベビーヨガ

無料

申込不要

コナミスポーツクラブのスタッフによる、親子で一緒に楽しむプログラムを行います。

日 時 5月15日(木) 10時30分～11時30分

場 所 子育てつどいのひろば
(区役所4階)

対 象 概ね3歳までの
お子さんと保護者



問合せ 子育てつどいのひろば(区役所4階)

☎ 080-3788-0453(直通)

なでこちゃんの 健康広場

からだを動かして健康に過ごそう (高齢者の運動)

「フレイル」をご存知ですか?フレイルとは、加齢や疾患によって身体的・精神的なさまざまな機能が徐々に衰え、心身の働きが低下している状態のことです。(健康な状態と要介護状態の間)人の筋肉量は40歳頃から徐々に減少し、60歳を超えるとその減少率は加速すると言われています。フレイルを予防する方法の1つに「運動」があります。意識的に運動することは、運動機能の低下を防ぐだけでなく、心の健康や認知症の予防にも役立ちます。



そこでオススメ! いきいき百歳体操

いきいき百歳体操とは、手首と足首におもりをつけて、ゆっくり手足を動かす筋力づくり運動です。続けると日常生活の動作に必要な筋力がつく体操です。簡単で安全なので誰でもすぐに始めることができます。浪速区では16か所でいきいき百歳体操を実施しています。初めての方でも、気軽に参加してみてください! (対象:60歳以上の方)

詳細は
こちら



問合せ 区 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 6647-9968 ☎ 6644-1937

健診・検診などのお知らせ

問合せ

区 保健福祉課(保健)

☎ 6647-9882

☎ 6644-1937

種 別	実施日時(受付時間)	対 象	費 用	場 所
乳幼児健診				
3か月児健診※	5月14日(水) 9時～ 6月11日(水) 9時～	令和6年12月22日～令和7年1月28日生まれの方 令和7年1月29日～令和7年2月28日生まれの方		
1歳6か月児健診※	6月5日(木) 13時20分～	令和5年11月1日～令和5年11月30日生まれの方		
3歳児健診※	5月22日(木) 13時20分～	令和3年11月1日～令和3年11月30日生まれの方	無料	
※乳幼児健診の対象は予定で変更になる場合があります。対象の方へは事前に通知します。当日、健診の都合により時間が前後する場合があります。				
結核健診(胸部X線間接撮影)	5月27日(火) 10時～11時	大阪市民で15歳以上の方		区役所3階
大腸がん検診(免疫便潜血検査)		大阪市民で40歳以上の方 (年度中に1回の受診)	300円 無料 (かく痰検査は400円)	
肺がん検診 (胸部X線撮影・かく痰検査)	5月30日(金) 13時30分～14時30分	大阪市民で40歳以上の女性かつ前年度受診 されていない方(2年に1回の受診)		
乳がん検診(マンモグラフィ検査) ※視触診はありません	検診実施日のおよそ3週間前 に予約の締切となります。	※区役所での乳がん検診に申し込みされた方には ネイル関係の記念品をお渡しします	1,500円	
骨粗しょう症検診		大阪市民で18歳以上の方		
特定健康診査・ 後期高齢者医療健康診査 (集団健診)	5月30日(金) 13時30分～15時	・大阪市国民健康保険に加入の方で年度中に 40歳以上になる方など ・後期高齢者医療保険に加入の方	無料	区役所7階

がん検診では、後期高齢者医療被保険者証・高齢受給者証をお持ちの方、市民税非課税世帯・生活保護世帯の方で証明書類をお持ちの方は料金が免除されますので、検診当日に証明書類を提示してください。

