

健康に関すること

それぞれの事業の詳しい内容、お申し込みは
保健福祉センター(地域保健) ☎ 06-6532-9882 FAX 06-6532-6246

保健福祉センターからのお知らせ

保健福祉センター保健福祉課(地域保健)
【問合せ】☎06-6532-9882 FAX06-6532-6246

	内 容	日 時	場 所	対 象
たまごクラス (妊婦教室)	妊娠中の食生活、赤ちゃんとの生活 マタニティヨガ、お産の話、産後の手続き 産科検診、出産準備の話、先輩ママ・赤ちゃんとの交流	偶数月の第2木曜日 奇数月の第2木曜日 毎月第4木曜日(11月は第1木曜日) 各回PM11:30~3:30	西区役所 2階 (要予約)	5~6か月の妊婦 5~8か月の妊婦、パートナー 5~6か月の妊婦
ママの おしゃべりひろば	お母さんと赤ちゃんと一緒に集まって、 わいわい楽しく子育ての情報交換や相談ができます。	毎月 第4木曜日(11月は第1木曜日) PM2:00~3:30	西区役所 2階 (要予約)	3か月児健診までの 赤ちゃんとその保護者
離乳食講習会	離乳食の進め方のお話と調理実演をします。 個別相談ができます。	毎月 第3木曜日 PM2:00~3:30	西区役所 2階 (要予約)	約6~7か月の赤ちゃんの 保護者(その前後の月齢でも可)
さくらんぼ	ふたごちゃん、みつごちゃんの妊娠や育児について語 り合い、情報交換をします。	令和5年7月19日(水)・令和5年10月31日(火) 令和6年1月19日(金) 各回AM10:00~11:00	西区役所 2階 (要予約)	ふたご、みつごを妊娠中の方・ 子育て中の方

☆上記についてや予防接種等については保健福祉センターにおたずねください。

産後ケア事業

●ご利用いただける方

大阪市内に居住する生後1年未満の乳児とお母さんで
次の全てに該当する方

- ① 体調不良や育児不安がある
- ② 母子ともに病院等への入院を要しない
(ただし、利用の適否については審査があります)

●産後ケア事業の内容

- からだサポート
 - お母さんの体調管理
 - おっぱい相談 など
- こころサポート
 - 育児相談
 - お母さんのこころの休養 など
- 育児サポート
 - 沐浴方法、授乳方法の指導
 - 育児発達に関することの助言

●プランのご紹介

ショート ステイ (宿泊型)	1泊2日(5食の食事付) 利用時間:午前10時~翌日午後7時まで 費用:4,250円 その後1日ごとに2,125円増
デイケア (通所型)	1日(昼・夕2食付) 利用時間:午前10時~午後7時まで 費用:1,500円
アウト リーチ (訪問型)	1回(3時間程度) 利用時間:午前10時~午後7時まで 費用:500円

●申込みについて

申込みが必要です。希望される方は、
西区保健福祉センター(06-6532-9882)へ
ご相談ください。
大阪市のホームページにも掲載されています。

大阪市産後ケア ← 検索

がん検診をうけましょう

※胃・大腸・肺がん・前立腺がん検診も行っています

お申し込み・お問い合わせは保健福祉センターまで ☎06-6532-9882

検診検査一覧	対 象 者 (当該年度末年齢)
乳がん検診 (有料)	30歳代の女性(超音波検査) [年度内に1回] 40歳以上の女性(マンモグラフィ検査) [2年度に1回]
骨量検査(無料)	18歳以上の方 [年度内に1回]
子宮頸がん検診 (有料)	20歳以上の女性 [2年度に1回]

令和5年度 乳幼児健診日程表

事業年度	3 か月児健診	1 歳 6 か月児健診	3 歳児健診
令和5 年 4 月	19日	26日	12日 24日 5日
5 月	17日	24日	10日 22日 15日
6 月	21日	28日	14日 7日 26日
7 月	19日	26日	12日 24日 5日
8 月	16日	23日	9日 28日 2日
9 月	20日	27日	13日 6日 25日
1 0 月	18日	25日	11日 23日 4日
1 1 月	15日	22日	8日 27日 1日
1 2 月	20日	27日	13日 6日 25日
令和6 年 1 月	17日	24日	10日 22日 15日
2 月	21日	28日	14日 26日 7日
3 月	18日	27日	13日 6日 25日

※対象者には個別に通知します。また、受診者数が多く見込まれる場合は実施予定日を変更することがあります。

身近な健康のサポーターあなたのまちの保健師です



お住いの地域ごとに担当が
決まっています。
子育てやからだのこと等お気軽に
ご相談ください。
保健福祉センター(保健活動)
3階33番窓口
【問合せ】06-6532-9968

病気やけが 迷ったらここへ

救急安心センターおおさか (365日24時間)

救急医療電話相談窓口

☎#7119 (携帯電話・固定電話/プッシュ回線)

☎06-6582-7119 (固定電話/ダイヤル回線・IP電話など)

小児救急電話相談

【19時~翌朝8時まで365日】

☎#8000 (NTTプッシュ回線・携帯電話)

☎06-6765-3650 (ダイヤル回線・IP電話)

中央急病診療所

新町4-10-13

☎06-6534-0321

【内科・小児科】 平日

22:00~翌5:30

土曜日 15:00~翌5:30

日・祝・年末年始 17:00~翌5:30

【眼科・

耳鼻咽喉科】 平日

22:00~翌0:30

土曜日 15:00~21:30

日・祝・年末年始 10:00~21:30

※年末年始(12月30日~1月4日)

子育てを応援します!

保健福祉センター(子育て支援) 3階38番窓口
☎ 06-6532-9936 FAX 06-6538-7319



子育てのことで
悩んでいること、
不安などは
ありませんか?

- 子育てが楽しくない、つらい
- 「育てにくい」と感じる
- こたばが遅い
- 落ち着きがない
- 動きまわる
- 乱暴
- 友達とうまくかかわれない
- 気になるくせがあるなど

どんなことでも……

・・・子育て支援室・・・

担当者: 家庭児童相談員
心理相談員 保育士等が相談に応じます。
相談日: 月~金曜日 9時から17時30分
★個人のプライバシーは厳守します

子育てをサポートします

子どもを預けたいときは、どこに聞いたらいいの?

●大阪市「一時保育」事業実施施設

※詳細は各園におたずねください。

名 称	場 所	電 話
ソフィア南堀江保育園 [一時休止中]	南堀江3-13-5 2F	06-6532-3017
うつぼほんまち保育園	鞆本町1-19-13 2F	06-6446-2003
ポプラ保育園	京町堀2-1-19	06-6447-0067
子育て温泉 ねっこ (シュッポッポ)	南堀江4-24-5	070-7401-7457

●大阪市「休日保育」事業実施保育所

※詳細は各保育所におたずねください。

名 称	場 所	電 話
梅本保育所	本田1-4-50	06-6581-2009

●大阪市「病児・病後児保育」事業実施施設

※詳細は各施設におたずねください。

名 称	場 所	電 話
病児保育室 リトルベアー WEST	江戸堀 2-7-32	06-6448-5888
病児・病後児保育 キッズケアはなぞの	千代崎 1-16-10	06-6586-5555

エンゼルサポーター派遣事業

産後のママに代わって家事支援などを行います

母親及び乳児の退院後4か月以内の期間にお世話をする人が
ないご家庭への昼間の家事等をサポートします。(家事支援中心)
利用について

★利用日...日曜を除く午前8時~午後6時までの2~4時間/日

★利用時間...1か月に概ね20時間

★利用料金...1時間につき1,000円

※令和5年10月より、対象者・サービス内容等を拡充予定

お問い合わせは
西区保健福祉センター保健福祉課(子育て支援室) ☎06-6532-9936

公益社団法人 大阪市ひとり親家庭福祉連合会 ☎06-6371-7146

ファミリー・サポート・センター西支部

☆ささえあおうよ 地域の子育て☆

*会員同士の相互援助で子育てを支え合う「有償」ボランティア
事業です*

★依頼会員...概ね生後3か月~10歳未満の子どもがいる方

★提供会員...子育てを応援しようと思っている方

申込・問合せ ☎/FAX 06-6582-9545

(西区子ども・子育てプラザ内)



子育ての3つのポイント

①子どもの気持ちを受け止める → わかってもらえたという安心感

子どもの気持ちを言葉にして言う

(例)「イヤやったね...」「○○したかったのよね...」等

②見通しを持たせる → 気持ちの切り替えにつながる

子どもにとって魅力的(好きな遊び、
食べ物等)な事や次の行動を提案する

(例)「片づけて、公園に行こうか」

③ほめる・認める → 自信につながる

ほめる時は具体的に何が良かった
のか、言葉にしてほめる。

(例)「はみがきしてきれいになったよ、ステキだね」

最初から全部できなくても大丈夫
10回に1回うまくいけばOK!



「虐待かな?」と思ったら、
ためらず相談・連絡を。

連絡は匿名で行うことも可能です。
連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

24時間365日対応

大阪市児童虐待
ホットライン
まずは一報、なにわっ子
0120-01-7285
いち は や く
189 近くの児童相談所につながります

「ヤングケアラー」相談窓口

こども向け相談窓口(ピアサポ相談)⇒

気になる子どもがいたら⇒保健福祉センター(子育て支援)へ



訪問型病児保育サービスを 実施しています

子どもが熱を出したけど、仕事を休めない! そんな時に

【利用条件】○対象年齢 生後6か月~小学校6年生

○利用時間 月曜日~金曜日 8:00~18:30

(土・日・祝・年末年始は休み)

月会費やその他の経費については、ノーベルへお問い合わせください。

詳しくは

ノーベル 病児保育

← 検 索

【ご利用のお問合せ】認定NPO法人ノーベル

☎ 06-6940-4130 (平日9:00~18:00)

【問合せ】 保健福祉課(子育て支援)

☎ 06-6532-9948 (平日9:00~17:30)

西区子育て応援情報誌 No.28

でもつながろう! 2023

つどいの広場 シュッポッポ

つどいの広場 びよびよアイランド

つどいの広場 くらぼかひろば

西区子ども・子育てプラザ つどいの広場

YMCAとさぼり保育園 子育て支援センター ぶどうの木

つどいの広場 スターラボ

つどいの広場 ほっぺ

発行/大阪市西区保健福祉センター 子育て支援室
編集/西区子育て支援連絡会
〒550-8501 大阪市西区新町4-5-14 西区役所3階
TEL 06-6532-9936 FAX06-6538-7319

イラスト/キジトラ探偵団