

# 子育て情報

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止・延期、内容変更等になる場合があります。詳しくは、各担当のホームページやお電話にてご確認ください。

## 母親教室 **無料** **予約不要**

日 7月11日(月)・7月25日(月)  
13:30~15:30

### 1回目:7月11日(月)

・栄養士より「赤ちゃんとお母さんの栄養」  
・保健師より「妊娠中ってみんなどう過ごしてるの?」

ストレッチあり

動きやすい服装でお越しください♪

### 2回目:7月25日(月)

・保健師より「沐浴ってどうやるの?」

先輩ママとの交流会あり

ご夫婦での参加も大歓迎♪

「妊婦歯科健診」併設

※歯科健診のみご希望の方は、14時までにお越しください。

対 11月頃出産予定の方

(10月予定以前の方もぜひどうぞ)

持 母子健康手帳・筆記用具・テキスト「わくわく」

## 赤ちゃん交流会 **無料** **予約不要**

日 7月25日(月) 13:30~15:00

内 情報交換と交流会・育児相談・身体計測

対 1~3か月のお子さんとその保護者

※各自飲料持参、マスク着用をお願いします。

場 区保健福祉センター分館2階

問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番  
☎6682-9968

## 子育て支援室の

# わくわく子育て『手作りおもちゃで遊ぼう』



手に入りやすいもので、簡単に作ることができる『手作りおもちゃ』を紹介します！ぜひお子さんと一緒に、作って遊んでみてくださいね♡



## ☆保育士おすすめ『スポンジボール』☆



### 用意するもの

・食器洗い用スポンジ 2個 ・はさみ ・輪ゴム 1個

### 作り方

①食器洗い用スポンジの外側のネットをはずし、写真のように真ん中を残して、両側から7か所ずつ切り込みを入れます。

②2つ重ねてくるっと丸め、真ん中を輪ゴムで3・4重にとめれば完成！！

☆室内でも水遊びでも使えます。ぜひ作ってみてくださいね♪



必ず大人と一緒に遊び、危険のないよう気を付けましょう！



子育てに関するご相談は、お気軽に子育て支援室をご利用ください

問 区保健福祉課(子育て支援室) 窓口③番 ☎6682-9878・9880

## 子ども・子育てプラザ

◎参加費無料・自由参加・定員なし

### ◎外国にルーツを持つ子どもの日本語・学習支援

♪ハロハロ♪

7月9日・16日・23日(土) 13:30~15:30

### ◎おもちゃ病院(おもちゃドクターによるおもちゃの修理)

7月24日(日) 13:00~16:00(受付は15:30まで)

◆参加費無料・要電話申込・定員あり

(受付開始日・対象はお問合せください)

### ◆親子リトミック遊び

7月6日(水) 10:00~10:45 定 15組

### ◆絵本の読み聞かせ

7月7日・8月4日(木) 10:30~11:00 定 各6組

### ◆親子ピクス

7月13日(水) 10:00~10:45 定 15組

### ◆すくすく成長測定の日

【同時開催】助産師さんによる子育て何でも相談

7月16日(土) 10:15~11:15(受付は11:00まで) 定 15組

### ◆ブックスタート(電話で随時受付)

7月20日(水) 10:30~11:00 定 6組

### ◆簡単工作「カードになぐり描きを楽しもう！」

7月27日(水) ①10:00~11:00 ②12:30~13:30

定 各15組

### ★小学生夏休みリサイクル工作

「エコバッグの絵つけ教室」

(共催:西南環境事業センター)

8月5日(金) ①14:30~15:30 ②15:30~16:30 定 各8人

### ★にっこりキッズ (共催:大阪府民共済)

8月26日(金) 10:00~11:00 定 15組

★印の電話申込みは7月13日(水)9:30より受付スタート！  
【電話受付時間】9:30~17:00(休館日は除く)

### 申・問 子ども・子育てプラザ

☎・☎ 6674-5405

浜口西3-4-22

詳しくはホームページで▶



休館日…月曜日(7月21日~8月31日の月曜日を除く)

# 健康情報

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止・延期、内容変更等になる場合があります。詳しくは、各担当のホームページやお電話にてご確認ください。

## 精神科医による精神保健福祉相談

**無料** **要予約**

不安・うつ・不眠など、こころの健康に関して、精神科医が相談に応じます。

日 7月7日(木)・7月11日(月)

8月4日(木)・8月15日(月)

いずれも14:00~

問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番  
☎6682-9968

## 健康寿命アップ塾

**無料**

### ~健康づくりひろげる講座~

**要申込**

生活習慣病予防と介護予防、運動について学べる6回コースの講座です。

日 8月30日(火)、9月7日(水)・30日(金)、

10月27日(木)、11月1日(火)・29日(火)

13:30~15:30(全6回)

場 区保健福祉センター分館(第5回目のみ、すみのえ舞昆ホール(区役所2階))

対 6回中4回以上参加できる方

定 20名程度(先着順)

締 8月10日(水)

★修了者の方は「住之江区健康づくり推進協議会『松の会』」に入会できます。

問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番  
☎6682-9968

種別・費用	実施日・場所・受付時間	対象(大阪市民で)
大腸がん検診(免疫便潜血検査) <b>300円</b>	7月30日(土) 分館	40歳以上の方 ※かく痰検査は50歳以上でハイリスク対象者のみ
肺がん検診(無料(かく痰検査は400円)) (胸部X線検査・かく痰検査)	10月12日(水) 分館	
	11月9日(水) 分館	
	12月3日(土) 南港	
乳がん検診(マンモグラフィ検査) <b>1,500円</b>	8月17日(水) 分館 9:30~10:30 8月28日(日) 南港 13:30~14:30 9月7日(水) 分館 9:30~10:30	40歳以上の女性で隔年受診 昭和58年3月31日以前生まれで 令和3年度未受診の方
骨量検査 <b>無料</b>	8月17日(水) 分館 9:30~10:30 8月28日(日) 南港 13:30~14:30	18歳以上の方
特定健康診査 <b>無料</b>	7月6日(水) 分館 9:30~11:00 7月14日(木) 南港 9:30~11:00 7月30日(土) 分館	大阪市国民健康保険または 後期高齢者医療制度に加入の方 (40歳以上)
歯科健康相談 <b>無料</b>	7月6日(水) 分館 9:30~10:30 8月17日(水)	18歳以上の方
BCG接種 <b>無料</b>	7月27日(水) 分館 13:30~14:00 8月24日(水)	生後5か月~1歳未満の方
結核健診(胸部X線撮影) <b>無料</b>	7月11日(月) 分館 10:00~11:00 8月8日(月) 9月13日(火)	15歳以上の方

※胃がん検診は令和3年度より医療機関のみで実施しています。 ※予約が終了した実施日は掲載していません。

場 分館=区保健福祉センター分館(浜口東3-5-16)、南港=南港ポータウン管理センター(南港中2-1-99)

申・問 区保健福祉課(健康支援) 窓口③番 ☎6682-9882

## 繁殖期のカラスにご注意を！

4月~7月頃のカラスは繁殖シーズンのため、巣に近づいた人に対して、大きな声で鳴き続けたり、威嚇したりします。このような場合、あわてずにその場から離れましょう。

巣立ち直後のヒナは、地面に落下してしまうことがあります。ヒナに近づくとヒナを見守っている親カラスに威嚇されることがありますので、ヒナには近づかないようにしましょう。迷惑だからといって、カラスの捕獲や卵・ヒナを捕ることは禁止されています。



どうしても被害の軽減が図れない場合は、捕獲許可について、動物愛護相談室(☎6978-7710)にご相談ください。なお、捕獲許可申請については、その場所の所有者が管理者あるいは依頼を受けた業者が行い、申請者に捕獲していただくことになります。

カラスのエサとなる生ごみは、決まった時間に、決まった場所に出しましょう。また、カラスは目でエサを探しているため、生ごみは新聞紙などできちんと包み、ごみ袋の外側から生ごみが見えないようにしましょう。からすネットの貸し出しについては、西南環境事業センター(☎6685-1271)へお問合せください。



詳しくはこちら

問 区保健福祉課(健康支援) 窓口③番 ☎6682-9973