

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。

マタニティ☺クラス(母親教室)

無料 予約不要

日 5月8日・15日・22日(月)
13:30～15:30

内 1回目：5月8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：5月15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

「妊婦歯科健診」併設

※歯科健診のみご希望の方は、14:00 までにお越しください。

3回目：5月22日(月)

- ・助産師より「お産の進み方と赤ちゃんとの出会い」

ご夫婦での参加也大歓迎♪

対 9月頃出産予定の方

(8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 5月15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か月のお子さんと保護者

※各自飲料など、持参をお願いします。

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

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。

5月31日は世界禁煙デーです

WHO(世界保健機構)は、5月31日を「世界禁煙デー」と定めています。

喫煙はがんや糖尿病、虚血性心疾患、循環器疾患、慢性閉塞性肺疾患(COPD)や結核などの呼吸器疾患など多くの病気と関係しており、予防できる最大の死亡原因であることがわかっています。喫煙は新型コロナウイルス感染症の重症化リスクの一つで、人工呼吸器が必要になった人と死亡した人の数は、非喫煙者の3倍以上という報告もあり、WHOでも禁煙を推奨しています。

また、コロナ禍で私たちの生活には大きな変化がありました。たばこに関しても、コロナ禍を機にやめた方もいれば、反対にストレスから喫煙本数が増えた方もいるのではないのでしょうか？

たばこから立ち上がる「副流煙」には、発がん性物質やニコチン、一酸化炭素などの有害物質が、喫煙者が直接吸い込む「主流煙」の数倍も含まれていることがわかっており、喫煙者ご本人の健康だけでなく、周りの方の健康にも悪影響を与えます。

長年たばこを吸っている方でも遅すぎることはありません。今から禁煙を考えてみませんか？

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『手作りおもちゃを飾ろう』



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、作って飾ってみてくださいね♡



☆保育士おすすめ・手作りおもちゃ「こいのぼり」☆



用意するもの

・ハサミ ・丸いカラーシール ・油性ペン ・セロハンテープ ・折り紙、包装紙 ・紙コップ



作りかた

- ①ハサミで丸いカラーシールを半分に切る。
- ②紙コップに丸いカラーシールを貼り、油性ペンで目を描く。半分に切ったカラーシールを紙コップに貼り付けてうろこを作る。(シールを重ねると可愛いです。)
- ③折り紙、包装紙を切って尾ビレを作る。
- ④紙コップの飲み口に、セロハンテープを使って、切った折り紙、包装紙を貼り付ける。



完成

注意 必ず、大人と一緒に遊び、危険のないように気を付けましょう！

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

申込不要・参加費無料

外国にルーツを持つ子どもの日本語・学習支援 ♪ハロハロ♪

5月20日・27日、6月3日(土)13:30～15:30

親子ビクス 5月10日(水)10:00～10:45

定25組(当日先着順)

絵本の読み聞かせ

5月11日、6月1日(木)10:30～11:00 定8組(当日先着順)

児童工作「スライムを作ろう！」

5月13日(土)15:00～16:00

定16人(当日13:00～先着順)

出前周知活動 in 住吉公園

「住之江区子ども・子育てプラザってどんなところ？」

5月18日(木)10:15～11:00 ※雨天中止

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

5月20日(土)10:15～11:15(受付は11:00まで)

児童「卓球教室」 5月20日(土)15:00～15:45

定16人(当日13:00～先着順)

簡単工作「ロケットを作ろう！」

5月24日(水)10:00～11:00

新北島南公園出前講座 児童「ぶんぶんゴマを作ってあそぼう！」

5月27日(土)15:00～16:00

おもちゃ病院(おもちゃドクターによるおもちゃの修理)
5月28日(日)13:00～16:00(受付は15:30まで)

要申込・参加費無料

ブックスタート(電話で随時受付)

5月17日(水)10:30～11:00 定8組

★南港出前講座「にこにこパーク」(リズムあそび)

～ATCママのフォレストパークにて～

6月9日(金)10:15～11:00 定15組

★ふれあい遊び 6月16日(金)10:15～11:00 定8組

★プレママ・プレパパ講座(妊婦ジャケットや沐浴の体験)

7月1日(土)10:00～11:30 定6組

子育て支援ボランティア講座

(ファミリー・サポート・センター事業 提供会員養成講座)

6月8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)、7月6日(木)・8日(土)・13日(木)13:00～17:00。終了時刻は日によって異なります。

定20人(電話・FAXで随時受付)

★印の電話申込みは5月10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)

※各講座の対象年齢等、詳細についてはお問合せください。

申・問 子ども・子育てプラザ

☎・📠6674-5405 浜口西3-4-22

休館日…月曜・祝日(5月5日を除く)



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 5月15日(月)・18日(木)・6月1日(木)・19日(月)いずれも14:00～

申 電話、来所または右の二次元コードより

問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎6682-9968



ご予約はこちら

	種別・費用	実施日・場所・受付時間	対象(大阪市民で)
要予約	大腸がん検診(免疫便潜血検査) 300円	6月4日(日) 分館 9:30～10:30	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)	7月5日(水) 分館 9:30～10:30	
		7月29日(土) 分館 9:30～10:30	
要予約	乳がん検診 (マンモグラフィ検査) 1,500円	6月4日(日) 分館 13:30～14:30	40歳以上の女性で隔年受診 昭和59年3月31日以前生まれで 令和4年度未受診の方
		6月30日(金) 分館 18:30～19:30	
		7月29日(土) 分館 13:30～14:30	
予約不要	骨量検査(無料)	6月4日(日) 分館 13:30～14:30	18歳以上の方
		6月23日(金) 舞昆 9:30～10:30	
		6月30日(金) 分館 18:30～19:30	
予約不要	特定健康診査(無料)	5月7日(日) 粉浜 9:30～11:00	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)
		5月16日(火) 分館 9:30～11:00	
		6月4日(日) 分館 9:30～11:00	
予約不要	歯科健康相談(無料)	5月8日(月) 南港 9:30～10:30	18歳以上の方
		7月5日(水) 分館 9:30～10:30	
予約不要	結核健診(胸部X線撮影)(無料)	5月19日(金) 分館 10:00～11:00	15歳以上の方
		6月16日(金) 分館 10:00～11:00	
		7月10日(月) 分館 10:00～11:00	

場 分館＝区保健福祉センター分館(浜口東3-5-16)、南港＝南港ポートタウン管理センター(南港中2-1-99)
粉浜＝粉浜小学校(粉浜2-6-6)、舞昆＝すみのえ舞昆ホール(区役所2階)(御崎3-1-17)

申・問 区保健福祉課(健康支援) 窓口③番 ☎6682-9882

予防接種は遅らせず、予定どおり受けましょう

お子さんの健やかな成長のために、予防接種は適切な時期に受ける必要があります。委託医療機関では接種を行う時間や場所に配慮し、換気や消毒を行うなど、感染防止対策に努めています。健康が気になるときだからこそ、予防接種は遅らせず、予定どおり、受けましょう。

場 委託医療機関など 問 大阪市保健所感染症対策課 ☎6647-0656 📠6647-1029

