



保健衛生

こころの悩みがある方・精神障がいがある方のための相談・教室

要予約 無料

精神科医による相談

日 9/3(火) 9:30～、9/18(水) 14:00～、10/1(火) 9:30～

対 こころの悩み・病気等を相談したい方・ご家族・支援者

※各3組 1組45分間。予約時に概要をお聞きします。精神保健福祉相談員・保健師による相談も随時実施。

地域生活向上教室/家族教室

対 統合失調症等精神障がいがある方/そのご家族(事前相談要)

9月の地域生活向上教室では、心理士による「SST(社会生活スキルトレーニング)」を予定しています。

日常生活で役に立つコミュニケーションについて一緒に考えていきましょう。

※教室開催日や申込方法など詳しくはお問い合わせください。

問 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 06-6774-9968

実は多い秋の食中毒

秋は、夏バテで免疫力が低下しがちなことに加え、運動会やお祭りなど野外での食事が増えること、また、気温が下がって食品に対する油断が生じてしまうこともあり、食中毒が増えやすい時期です。さらにキノコ・山菜採りなどに伴う自然毒や、旬を迎えるサケ・サバ...



サンマ等に寄生する寄生虫による食中毒も増えます。

秋はまだまだ高温多湿な日も多いため、手洗い・消毒、加熱調理、冷蔵保存を徹底して、食中毒を予防しましょう。また、キノコ・山菜は食用と確実に判断できない場合、「採らない」「食べない」「人にあげない」ようにしましょう。

問 保健福祉課(健康推進)

☎ 06-6774-9973

0歳ちゃんの親子で元気にベビーヨガ

要予約

スキンシップをとりながら、親子でヨガを楽しみましょう。ママのリフレッシュや交流の場にも!産後の心と身体をケアしながら、保育士でもある先生から子どもの発達も学べます♪

日 10/2、9、16 10:30～11:30

全3回 いずれも水曜日

場 クレオ大阪中央(上汐5-6-25)

対 生後3～11か月の赤ちゃんとお母さん

¥ 3,800円

定 親子12組(応募者多数の場合は抽選)

申 電話、FAX、ホームページまたは来館

※FAXの場合は講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、FAX番号を明記。

締 9/20(金)

講 ヨガインストラクター

池田 有美氏

問 クレオ大阪中央

☎ 06-6770-7200

FAX 06-6770-7705



詳しくはこちら▶

子育て情報

マタニティ教室

要予約 無料

①妊娠中の過ごし方や先輩ママとの交流会

日 10/4(金) 13:30～15:30

②妊娠中の栄養、ママと赤ちゃんの歯の健康、妊婦歯科健診、地域の子育て情報

日 10/11(金) 13:30～15:30

③お産の経過と母乳のお話、妊婦体操

日 12/20(金) 13:30～15:30

場 区役所

対 区内在住の妊婦の方 ※詳細はHP

地域ふれあい子育て教室(ぷちもてん)

要予約 無料

保護者同士の交流会、育児相談

日 10/9(水) 10:30～11:30

場 区役所

対 生後1～3か月の乳児と保護者

※詳細はHP

問 保健福祉課(地域保健活動)

☎ 06-6774-9968

離乳食講習会

要予約 無料

日 10/4(金) 10:00～11:00

場 保健福祉センター分館(上汐4-3-2)

対 生後5～6か月の乳児の保護者

問 保健福祉課(健康推進)

☎ 06-6774-9882

子育て支援サークル 9・10月実施分

親子どうしの交流や仲間づくり、情報交換に。

気軽に遊びに来てください!

日 10:00～11:30

対 妊婦または未就学児と保護者

地域	実施日	実施場所
天王寺	9/11(水)	天王寺小学校(多目的室)
	10/9(水)	天王寺中学校(格技室)
大江	9/13(金)	大江会館(2階)
	10/11(金)	
聖和	9/10(火)	聖和会館
	10/19(土)	聖和小学校
五条	9/6(金)	五条公園会館
	10/4(金)	
桃丘	9/20(金)	桃丘会館
	10/18(金)	
生魂	9/10(火)	生魂幼稚園
	10/22(火)	
桃陽	9/3(火)	桃陽会館
	10/1(火)	
味原	9/26(木)	味原幼稚園
	10/24(木)	
真田山	9/17(火)	真田山幼稚園
	10/22(火)	

問 区民生委員児童委員協議会事務局

☎ 06-6774-9868

各種検(健)診のお知らせ(保健福祉センター分館実施分)

検(健)診名	対象者※	内容・費用	日時
大腸がん検診 <small>要予約</small>	40歳以上の方	免疫便潜血検査…300円	9/18(水) 13:30～14:30
肺がん検診 <small>要予約 先着順</small>		胸部エックス線検査…無料 かく痰検査(対象者限定)…400円	
乳がん検診 <small>要予約 先着順</small>	40歳以上の女性(2年度に1回)	マンモグラフィ検査…1,500円	9/18(水) 18:30～19:30
骨粗しょう症検診 <small>要予約 先着順</small>	18歳以上の方	かかと踵の骨の超音波測定…無料	
歯科健康相談	市民ならどなたでも	歯科医師による相談…無料	9/18(水) 13:30～15:00
特定健診	40歳以上で大阪市国民健康保険に加入の方	身体計測、尿検査、 血圧測定、血液検査等…無料	
後期高齢者医療健康診査	後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方	胸部エックス線検査…無料	9/2(月)、10/7(月) 10:00～11:00
結核健診	受診時に15歳以上の方	胸部エックス線検査…無料	

※対象者は令和7年3/31までに対象年齢の誕生日を迎える方(結核健診除く)。
※がん検診、特定健診は区内の取扱医療機関でも受診できます。直接予約、お申し込みください。
※保健福祉センター分館にはエレベーターがありませんのでご注意ください。

問 保健福祉課(健康推進) ☎ 06-6774-9882

親子で遊びに行きませんか?

つどいの広場	イベント
うえしおキッズスクール 地域子育て支援センター「きらきら」 上汐3-4-9 ☎ 080-9380-0016 月～金(祝日除く)9:00～14:00	【体操講座】 <small>要予約 無料</small> 日 9/18(水) ①10:00～ ②11:00～ 定 各7組 申 9/2(月) 9:00～ 電話または来所
天王寺区子ども・子育てプラザ 味原町9-14 ☎ 06-6763-3525 火～土(祝日除く)9:30～14:30	【天王寺消防署に行こう!】 <small>要予約 無料</small> 日 10/4(金) 10:30～11:15 対 1歳6か月以降の 幼児(就園前)と保護者 定 12組 申 9/4(水) 9:30～ 電話 ※初回優先
おひさまサンサン広場 細工谷1-1-5 ☎ 070-5147-2200 月～金(祝日除く)10:00～15:00	【助産師によるミニ講座「プチ防災セミナー」】 日 9/30(月) 10:30～11:30 定 10組 申 電話
おやこひろばnico 国分町18-21大室ハイイツ102 ☎ 090-1077-6810 月～金(祝日除く)9:30～15:30	【赤ちゃんのねんねセミナー】 <small>要予約 先着順</small> 日 9/25(水) 13:30～14:30 定 7組 ¥ 500円 申 9/18(水) 9:00～ 公式LINE
こそだてひろばBlooming 勝山2-19-1 ☎ 070-9002-4565 月～金(祝日除く)9:30～14:30	【ボールプールで遊ぼう!】 <small>無料</small> 宝探しもあるよ! 日 10:00～14:00 開催日はHP・インスタ・公式LINEでお知らせ。

広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。
<https://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>

広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。
<https://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>

