

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 2/4(火) 9:30～、2/19(水) 14:00～、
3/4(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)
※教室開催日や申込方法など詳しくは問い
合わせください。
問 保健福祉課(地域保健活動)
☎ 06-6774-9968

男性のための料理教室

要予約 先着順

楽しく料理をしながら、生活習慣病予防
のための食事について学びませんか?初
心者の方、大歓迎です!
日 2/27(木) 10:00～13:00
場 保健福祉センター分館
対 区内在住の男性 定 15名
¥ 700円(当日徴収)
申 2/3(月)～ 電話または窓口 締 2/21(金)
持ち物／手拭きタオル、マスク、エプロ
ン、バンダナ
問 保健福祉課(健康推進)
☎ 06-6774-9882

「令和6年度 天王寺区こころの 健康講座『妊産婦のメンタルヘル ス～ママのこころ大切にしましょう!～」

要予約 先着順 無料

精神科医による講演会を開催します。
日 2/20(木) 14:00～15:30(13:30開場)
※同日15:45～16:30 先生のお話の後、リ
アルケアベビー見学・体験会を実施します。
場 区役所 3階 講堂
対 市内在住または在勤の方
講 井上 聡 先生(医療法人醇風会 井上クリ
ニック 院長)

定 100名(先着順) 申 1/6(月)～ 先着順
(定員に達するまで)電話または来庁
※先着5名は、保育ボランティア利用可能です。(乳児限定)
備考／講演会申込み時に、リアルケアベ
ビー見学・体験会の参加について承ります。
主催／大阪市天王寺区保健福祉セン
ター、(公社)大阪精神科診療所協会
共催／(公社)日本精神神経科診療所協会
後援／一般社団法人 天王寺区医師会
問・申 保健福祉課(地域保健活動)(天王寺
区役所 2階㊤窓口)
☎ 06-6774-9968

「街ねこ」事業について

地域の皆さんが主体となって、地域の共
通の理解と協力のもと、野良猫に不妊去
勢手術を行い、一代限りの猫として適正
に管理していく取組みを「街ねこ」事業(所
有者不明猫適正管理推進事業)といいます。
活動の要件は次のとおりです。
・3名以上(うち1名は対象地域の住民)または同居
していない住民2名以上を含む3
名以上のグループを作ること
・地域の合意(十分な理解)を得ること
・猫の不妊去勢手術1匹につ
き、2,500円を負担すること 詳しくはこちら



耳のV字カットは
不妊去勢手術済みの証

問 保健福祉課(健康推進)
☎ 06-6774-9973

舞気功～呼吸をして元気になる～

要予約 先着順 無料

講演「呼吸をして元気になる」
実技「舞気功」
※舞気功とは、呼吸を大切にし、リラックスして
舞いながら全身運動する気功です。
日 2/27(木) 14:00～16:00(受付13:30～)
場 区役所 3階 講堂 対 区内在住の方
定 50名 申 2/3(月)～ 電話または窓口
締 2/20(木) ※当日は飲み物を持参のうえ、
動きやすい服装でお越し下さい。
問 保健福祉課(地域保健活動)
☎ 06-6774-9968

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 要予約 先着順	40歳以上の方	免疫便潜血検査…300円	3/2(日) 13:30～14:30
乳がん検診 要予約 先着順	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	3/2(日) 13:30～14:30
骨粗しょう症 検診 要予約 先着順	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	3/2(日) 13:30～14:30
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	3/3(月) 10:00～11:00

※対象者は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

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 3/7(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 3/14(金) 13:30～15:30
③お産の経過と母乳のお話、妊婦体操
日 3/21(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 3/12(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 3/7(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

あつまれ新1年生! 児童のいばしょ親子体験会

無料

プラザの小学生のあそびを親子で体験しよう!
日 3/22(土)、23(日)、29(土)、30(日) 10:00～12:00
(時間内自由入退室) 場 天王寺区子ども・
子育てプラザ(味原町9-14)
対 新小学1年生と保護者
※きょうだいの同伴可
問 ☎ 06-6763-3525

乳幼児のための食育講座と 違いの分かる保育園の選び方講座

無料

要予約 先着順 無料

現役ママ歯科医師による乳幼期に大切
な食育講座と保育事業者より認可型、認
可外、企業主導型など様々な保育園の特
徴や選ぶポイントをおさえた講座を同時
開催。託児保育スペース、個別相談あり。
日 3/8(土) 9:00～11:00 受付／8:45
場 いんくるーじょん保育園 天王寺
(大道1-8-15 サンパール天王寺ビル501)
対 妊婦・未就学児の保護者・興味がある方
申 電話 締 3/5(水) ※満員になり次第締め切ります。
問 いんくるーじょん保育園 天王寺
☎ 06-6773-9451

子育て支援サークル2月・3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・場所	
天王寺	2/12(水) 3/12(水)	天王寺小学校(多目的室)
大江	2/19(水) 3/7(金)	大江会館(2階)
聖和	3/11(火)	聖和会館(2月は休み)
五条	2/7(金) 3/7(金)	五条公園会館
桃丘	2/21(金) 3/21(金)	桃丘会館
生魂	2/18(火)	生魂幼稚園(3月は休み)
桃陽	2/4(火) 3/4(火)	桃陽会館
味原	2/27(木) 3/6(木)	味原幼稚園
真田山	2/18(火) 3/25(火)	真田山幼稚園

問 区民生委員児童委員協議会事務局
☎ 06-6774-9868

親子で遊びに行きませんか?

つどいの広場	イベント
うえしおキンダースクール 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	【親子リトミック】 要予約 無料 日 2/27(木) ①10:00～ ②11:00～ 定 各7組 申 2/6(木) 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	【パパママ編 あつまれBaby】 要予約 無料 日 2/16(日) 10:00～11:00 対 乳児とその保護者 定 8組(初回優先) 申 2/1(土) 9:30～ 電話
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「産後ヨガ」】 要予約 無料 日 2/17(月) 10:30～11:30 定 6組 申 電話
おやこひろばnico 国分町18-21大室ハイツ102 ☎ 090-1077-6810 月～金(祝日除く)9:30～15:30	【呼吸の教室】 要予約 先着順 日 2/25(火) 10:00～11:00 ¥ 500円 定 7組 申 2/18(火) 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	【抱っことおんぶの相談会】 予約不要 無料 日 開催日時はホームページ、 Instagram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/>

