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

現代社会では、さまざまな場面でストレスにさらされており、誰もがこころの病にかかる可能性があります。保健福祉センターでは、精神科医によるこころの健康に関する相談を行っています。 要予約 先着順 無料

日 7/16（水）14:00～、8/5（火）9:30～、8/20（水）14:00～
対 こころの悩み・病気等を相談したい方、ご家族、支援者
定 各3組 1組45分間（事前予約制）※予約に際して概要をお聞きします。精神福祉相談員、保健師による相談も随時実施しています。
場 区役所 2階24番

■地域生活向上教室「コスモス会」のご案内 要予約 無料

保健福祉センターでは、こころの病気になられた方を対象に、グループミーティングやSST（社会生活スキルトレーニング）、手工芸などを通して社会参加する力をつけることなどを目的として、月1回グループ活動を行っています。

日 7/10（木）13:30～15:30 対 精神障がいがある（疑い含む）方 場 区役所会議室

※ご参加にあたっては、事前に面接をさせていただいています。見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

■家族教室のご案内 要予約 無料

保健福祉センターでは、統合失調症を持つ方のご家族を対象に月1回「家族教室」を実施しています。問題の解決へ向けて、また、ご家族がより豊かな生活を送るためのヒントを一緒に考えてみませんか？

日 7/24（木）14:00～16:00 対 統合失調症を持つ方のご家族 場 区役所会議室

※ご参加にあたっては、事前に面接をさせていただいています。見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

申 電話または来庁 問 保健福祉課（地域保健活動） 06-6774-9968

おやこの食育教室 要予約 先着順

大阪市食育推進キャラクターたべやん

夏休みにおやこで楽しくクッキングをしましょう♪料理を作りながら、バランスの良い食生活についてみんなで一緒に考えてみませんか？

日 7/30（水）10:00～13:00
場 保健福祉センター分館
対 小学生の子どもとその保護者
定 9組（申込先着順）
¥ 大人1人500円、子ども1人300円（当日徴収）
申 7/7（月）～7/22（火） 電話または来庁

やさいチェック 無料

センサーに手のひらをかざすだけで簡単に野菜摂取量が診断できます。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

日 7/17（木）10:00～12:00
場 区役所1階 区民情報コーナー

問 保健福祉課（健康推進） 06-6774-9882

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	8/1（金）9:30～10:30 13:30～14:30
肺がん検診 要予約 先着順		胸部エックス線検査	無料	8/1（金）9:30～10:30
		かく痰検査（対象者限定）	400円	
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	8/1（金）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		
特定健診	40歳以上で大阪市国民健康保険に加入の方	身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査など		8/1（金）9:30～11:00
後期高齢者医療健康診査	後期高齢者医療保険に加入の方			
結核健診	受診時に15歳以上の方	胸部エックス線検査		8/6（水）・9/1（月）10:00～11:00

※要予約の検診は検診日の10日前までにお申し込み
※対象者は令和8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

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 8/1（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 8/8（金）13:30～15:30
③お産の経過と母乳のお話、妊婦体操
日 9/19（金）13:30～15:30
場 区役所
対 区内在住の妊婦の方 ※詳細は HP

問 保健福祉課（地域保健活動）
06-6774-9968

地域ふれあい子育て教室（ぷちももてん） 要予約 無料

保護者同士の交流会、育児相談

日 8/20（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 無料

離乳食の進め方についてのお話、個別相談

日 8/8（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（7・8月実施分） 無料

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！

対 妊婦または未就学児と保護者
時 10:00～11:30

地域	実施日	場所
天王寺	7/9（水）8月は休み	天王寺小学校（多目的室）
大　江	7/16（水）8月は休み	大江会館（2階）
聖　和	7/8（火）8月は休み	興國高等学校
五　条	7/4（金）8月は休み	五条公園会館
桃　丘	7/18（金）8月は休み	桃丘会館
生　魂	7月・8月は休み	
桃　陽	7/1（火）	桃陽会館
	8/5（火）	TAC 桃山
味　原	7月・8月は休み	
真田山	7/10（木）8月は休み	真田山幼稚園（リズム室）

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	【体操講座】 要予約 無料 日 7/16（水）①10:00～ ②11:00～ 定 各6組 申 予約フォームにて▶
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	【お誕生日会】 無料 日 7/16（水）11:15～11:40 対 7月生まれの乳幼児 申 随時 電話、ホームページまたは来所にて
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】 要予約 無料 テーマ「子どもの睡眠」 日 7/28（月）10:30～11:30 定 10組 申 ネット予約のみ
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	【離乳食講座】 要予約 先着順 日 7/17（木）10:00～11:00 定 7組 ¥ 500円 申 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	【ベビーウェアリングアドバイザーによる抱っことおんぶの相談日】10:00～14:00 予約不要 無料 日程はHP、インスタグラムでお知らせ 快適な抱っこになると、にこにこ笑顔で心まで軽やかに♪お気軽にお越しください。