



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

要予約 先着順 無料

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。

日 5/12(火) 9:30～、5/20(水) 14:00～、6/2(火) 9:30～
対 こころの悩み・病気を相談したい方、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ます。精神保健福祉相談員、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

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 5/14(木) 13:30～15:30 対 こころの病気(疑い含む)がある方 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きます。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

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 5/28(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きます。お気軽にお問い合わせください。

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

令和8年度 保健事業のお知らせ(国民健康保険加入者)

特定健診 無料 対 40歳以上の方

対象者には、4月末頃に緑色の封筒で「受診券」を送付しています。

国保人間ドック 対 30歳以上の方

¥ 30～39歳 15,000円
40～74歳 10,000円

昭和36年4月～昭和37年3月・昭和41年4月～昭和42年3月・昭和46年4月～昭和47年3月・昭和51年4月～昭和52年3月・昭和56年4月～昭和57年3月・昭和61年4月～昭和62年3月生まれの方は無料。40歳以上の方は、特定健診の「受診券」が必要です。

国保プラス健診 対 18歳以上の方

詳しくは「受診券」に同封の「国保健診ガイド」(各区役所の窓口でも配布)をご覧ください。

問 特定健診受診券について
窓口サービス課(保険年金)
☎ 06-6774-9956

問 健診場所について
保健福祉課(健康推進)
☎ 06-6774-9882

問 国保人間ドックなどその他保健事業について
福祉局生活福祉部保険年金課(保健事業)
☎ 06-6208-9876

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	5/28(木) 9:30～10:30
肺がん検診 (要予約 先着順)		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 (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	5/28(木) 9:30～11:00
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		
歯科健康相談	市民なら どなたでも	歯科医師による相談		5/28(木) 9:30～11:00
特定健診	40歳以上で 大阪市国民健康 保険に加入の方	身体測定、尿検査、 血圧測定、 血液検査など	無料	
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		5/20(水)・6/1(月) 10:00～11:00

※(要予約)の検診は検診日の14日前までにお申し込み
※対象者は令和9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

カラスにご注意を!

■巣に近づかない

4～7月はカラスの子育て時期で、親カラスはヒナを守るために、巣に近づいた人を威嚇することがあります。その場を迂回できない場合は、落ち着いて静かに通り過ぎるか、帽子や日傘で頭を守りましょう。

■生ごみに注意

カラスは目で食べ物を探するため、生ごみは水分を切って新聞紙などで包み、外側から見えないようにして、決められた場所・時間に出しましょう。

■捕獲には許可が必要です

カラス(卵、ヒナを含む)の捕獲は禁止されています。どうしても被害が軽減されない場合は、捕獲許可について動物愛護相談室(電話 06-6978-7710)にご相談ください。

問 保健福祉課(健康推進) ☎ 06-6774-9973

詳しくは
こちら



子育て情報

子育て支援サークル (5・6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	5/13(水)	天王寺小学校(多目的室)
	6/10(水)	
大江	5/22(金)	大江会館(2階)
	6/19(金)	
聖和	5/12(火)	天王寺中学校 格技室
	6/9(火)	
五条	5/8(金)	五条公園会館
	6/5(金)	
桃丘	5/15(金)	桃丘会館
	6/19(金)	
生魂	5/19(火)	生魂幼稚園
	6/16(火)	
桃陽	6/2(火)	桃陽会館
	6/25(木)	
味原	5/28(木)	味原幼稚園
	6/25(木)	
真田山	5/19(火)	真田山幼稚園(リズム室)
	6/16(火)	

※桃陽は5月は休み

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

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

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

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

まるっとひろば・ゆう
(勝山2-19-1) ☎ 090-6058-9947
月～金(祝日除く) 9:30～14:30

子育てひろばおりーぶ
(空堀町15-6 フレンドフォレスト203)
☎ 090-8931-5700
月～金(祝日除く) 10:00～12:30
13:30～16:00
土(祝日除く) 10:00～13:00

イベント

【親子ヨガ講座】 要予約 無料
日 5/20(水) ①10:00～②11:00～ 定 各5組
申 5/7(木) 9:00～予約フォームにて▶

【「大道にゴー」jin天王寺連合会館】 要予約 先着順
日 5/27(水) 10:50～11:30 定 8組 無料
場 天王寺連合会館
対 3歳までの乳幼児と保護者
申 5/2(土) 9:00～電話・来所にて

【助産師によるミニ講座】 要予約 無料
テーマ「スキンケア」
日 5/25(月) 10:30～11:30
定 10組 申 ネット予約のみ

【歯のお話会】 要予約 先着順 無料
日 5/25(月) 10:00～11:00
定 7組 申 5/18(月) 9:00～公式LINEにて▶

【産後セルフケア体操 疲れない身体作りをめざした
簡単な骨盤を整える体操】 要予約 先着順
日 5/14(木) 10:30～ 無料
定 10名 申 公式LINEにて

【ベビーマッサージ】 要予約 先着順 無料
定 10組
対象年齢、開催日時、申込期間等の詳細については、インスタグラムでお知らせ

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、リアルケアベビーのお世話体験
日 6/5(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 6/12(金) 13:30～15:30

③ お産の経過と母乳のお話、妊婦体操
日 6/19(金) 13:30～15:30 ※詳細はHP

場 区役所 対 区内在住の妊婦の方

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 (ふちもてん) 要予約 無料

保護者同士の交流会、育児相談

日 6/10(水) 10:30～11:30

場 区役所

対 生後1～4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 6/5(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

