



## 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、**要予約 先着順 無料** 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 7/7(火) 9:30～、7/15(水) 14:00～、8/4(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**

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 7/9(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。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 7/23(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。見学もできますので、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

## おやこの食育教室 **要予約 先着順**

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 8/5(水) 10:00～13:00

定 9組(申込先着順)

場 天王寺区保健福祉センター分館

¥ 大人1人500円、こども1人400円(当日徴収)

対 小学生とその保護者

申 7/6(月)～7/28(火) 電話、来庁にて

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 <b>要予約 先着順</b>	40歳以上の方	免疫便潜血検査	300円	7/27(月) 13:30～14:30
肺がん検診 <b>要予約 先着順</b>		胸部エックス線検査	無料	
乳がん検診 <b>要予約 先着順</b>	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	7/27(月) 18:30～19:30
骨粗しょう症検診 <b>要予約 先着順</b>	18歳以上の方	かかとの骨の 超音波測定	無料	7/27(月) 13:30～14:30
歯科健康相談	市民なら どなたでも	歯科医師による相談		7/27(月) 13:30～14:30
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		7/27(月) 13:30～15:00
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		8/5(水) 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月31日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、リアルケアベビーのお世話体験

日 8/7(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 8/21(金) 13:30～15:30

③お産の経過と母乳のお話、妊婦体操

日 9/18(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

(ふちもてん) **要予約 無料**

保護者同士の交流会、育児相談

日 8/5(水) 10:30～11:30 場 区役所

対 生後0～4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 8/7(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



### 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	7/8(水)	天王寺小学校(多目的室)
大江	7/17(金)	大江会館(2階)
聖和	7/14(火)	興國高等学校
五条	7/3(金)	五条公園会館
桃丘	7/17(金)	桃丘会館
桃陽	7/7(火)	桃陽会館
	8/4(火)	TAC 桃山
真田山	7/9(木)	真田山幼稚園(リズム室)

※天王寺、大江、聖和、五条、桃丘、  
真田山は8月は休み  
※生魂と味原は7、8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) ☎ 070-5482-6529  
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

【体操講座】 **要予約 無料**  
日 7/15(水) ①10:00～②11:00～ 定 各6組  
申 7/1(水) 9:00～ 予約フォームにて▶

【ハーバースデーの日】 **要予約 先着順 無料**  
日 7/28(火) 10:30～11:30 定 10組  
対 6か月(2026年1月生まれ)の乳児と保護者  
申 電話・来所にて

【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 7/27(月) 10:30～11:30  
定 10組 申 ネット予約のみ

【離乳食講座～手づかみおやつ～】 **要予約 先着順**  
日 7/13(月) 10:00～11:00  
¥ 500円 定 7名  
申 7/6(月) 9:00～公式LINEにて▶

【親子で夏ばてに負けないからだ作り】 **要予約 無料**  
夏野菜たっぷりの時短料理と手作りスポーツ  
ドリンクの作り方を学びます。  
日 7/6(月) 10:30～ 定 6名  
申 公式LINEにて

【教えて!看護師さん!】 **要予約 先着順 無料**  
日 7月下旬(決まり次第) 定 10組  
Instagramにてアップ) 対 未就学児  
申 開催日の2週間前～Instagramにて▶