

第10回 食育フェスタ&健康展

日時 10月28日(土) 13時~16時

場所 鶴見区民センター

食育フェスタ

各種展示&体験コーナー

- 区内施設による食育の取り組み紹介
- 咲くやこの花館展示
- 絵本の読み聞かせ「たべものいろいろ」

場所/鶴見図書館

時間/14時~14時30分

- フェルトでお弁当づくり・目指せ350g野菜計り・色んな種類の豆運び体験・食育クイズ・カロリーチェック・カロリーカルタ
- ペットボトルで菜園体験(先着100名)
- 楽しく描いてエコバックづくり(先着100名)



予約イベント

- 明治ミルク教室(みんなで楽しくバター作り体験) 各回親子50名(先着順)

①13時~13時45分 ②14時15分~15時

対象/区内在住の小学生以上のお子さんと保護者

場所/3階 集会室1・2

受付期間/10月5日(木)~20日(金)

申込/電話

聞いてなっとく! ミニ食育セミナー

■小ホール 各回おみやげ付

- 「食で育むところとからだ」 大阪ガス(株) 13時30分~13時50分
- 「健康長寿を目指して~野菜の効用~」カゴメ(株) ①14時~14時30分 ②15時10分~15時40分
- 「皆で取り組むエコ・クッキング」大阪ガス(株) 14時40分~15時



■2階 控室1・2 試飲、試食できます。

- 「昆布だしのお話」 新大阪小倉屋(株) ①13時30分~13時50分 ②14時40分~15時
- 「いつまでも、楽しく、美味しく食べる」キューピー(株) ①14時~14時20分 ②15時10分~15時30分



■1階 調理実習室

- ミニ解説「カカオとコーヒー」 咲くやこの花館 ①13時30分~13時50分 ②14時20分~14時40分 ③15時~15時20分

栄養相談

- フードモデルを選んで食生活チェック (SATシステム)
- 食生活診断 ● 離乳食相談



健康展

親子の歯ブラシ、大腸がんクイズ付き
トイレトーパー等プレゼント!!



場所-大ホール 時間-13時~16時

- 介護予防体操 ● 介護予防PR ● だ液量測定 ● 歯の健康啓発 ● がん検診啓発 ● アルコールパッチテスト
- 足指力測定 ● 血管年齢測定 ● 骨とカルシウムの啓発 ● 3D身体計測(先着24名 整理券12時50分より配布)



※スタンプラリー&アンケートご回答で粗品進呈 ※配布物については、数に限りがあります。【休憩コーナー】コーヒーと手作りおやつの販売があります。

申込・問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階 11番 電話 6915-9882

健康掲示板 健診等のお知らせ

結核健診(胸部エックス線撮影)

予約不要 無料

日時/10月10日(火)、
11月28日(火)
10時~11時

場所/区役所2階

対象/15歳以上の方



BCG予防接種

予約不要 無料

日時/10月25日(水)、11月22日(水)
13時30分~15時

場所/区役所2階

標準接種期間/生後5~8か月(1歳の誕生日の前日まで接種可)

- 番号札は区役所2階にて13時より配付します。
- 諸般の都合により、日程変更及び中止する場合があります。
- 予防接種手帳の説明をよく読んで、予診票に記入のうえ、母子健康手帳とともにご持参ください。

乳がん検診(マンモグラフィ)

要予約

日時/11月2日(木)9時30分~10時30分

場所/区役所2階

対象/40歳以上の女性(2年に1回。平成29年度は大正・昭和の偶数年生まれの方)

※勤務先等で同程度の検診を受診できる方、同年度内に同等の検診・検査を受診済みの方等は対象外となりますので、ご注意ください。

料金/1,500円



胃がん(エックス線検査)・大腸がん・肺がん検診

要予約

日時/11月15日(水)9時30分~10時30分

場所/区役所2階

対象/40歳以上の方

※勤務先等で同程度の検診を受診できる方、同年度内に同等の検診・検査を受診済みの方等は対象外となりますので、ご注意ください。

料金/胃がん500円、大腸がん300円、肺がん無料(ただし、かくたん検査は400円)

骨量検査

要予約 無料

日時/11月2日(木)9時30分~10時30分

場所/区役所2階

対象/18歳以上の方



特定健康診査

予約不要 受診券必要 無料

日時/11月15日(水)9時30分~11時

場所/区役所2階

対象/大阪市国民健康保険(40歳以上)または後期高齢者医療制度に加入の方

※受診には、受診券や保険証等が必要となりますのでご注意ください。



問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階 11番 電話 6915-9882