

参加してみませんか

講座・催し



酒害教室

無料 申込不要

飲酒問題についての正しい知識と理解を深めませんか? 飲酒問題を抱え回復をめざしている方、家族の飲酒問題で悩んだり困っている方など、どなたでも参加できます。

日時 7月10日(水) 14時～16時

場所 区役所2階 集団検診室

内容 アルコール依存症専門病院の相談員によるミニ講座、当事者体験談など

統合失調症の家族教室

無料

統合失調症について家族が正しい知識を学び、本人への接し方などを参加者の皆さんと考えてみませんか? 「わが家だけが特別ではなかった」と気づける教室です。

日時 7月30日(火) 14時～16時

場所 区役所2階 集団検診室

対象 統合失調症と診断された方のご家族
※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください

内容 ・精神科医による講話「統合失調症について知ろう(症状について)」
・家族交流会

申込 電話・窓口

地域生活向上教室
(ほっこり・ほのぼの)

無料

地域で自分らしく安定した生活ができることを目的とした教室です。仲間と一緒にほっこりした時間を過ごしてみませんか? 午前の教室のため、生活リズムも整います。

日時 7月18日(木)、8月1日(木)
各9時30分～11時30分

場所 区役所2階 集団検診室

内容 軽い運動やレクリエーション、SST(ソーシャルスキルトレーニング)など

対象 統合失調症を中心とする精神障がいのある方
※主治医の意見書が必要です。初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください

申込 電話・窓口

マタニティクラス

無料

胎動を感じるようになる時期から、出産に向けて少しずつ準備を始めませんか? 妊婦さん同士の交流もしています。

日時 ①7月19日(金) 13時30分～15時30分
②7月26日(金) 13時30分～15時30分
③8月 7日(水) 13時30分～15時30分

場所 区役所2階 集団検診室

内容 ①妊娠中の食生活(栄養士)／赤ちゃんとの暮らし(保健師)／ベビーグッズの展示
②産前産後の過ごし方・沐浴の実演(助産師)／先輩ママと赤ちゃんの交流会
③歯科健診／歯の健康について(歯科衛生士)／妊娠中の過ごし方(保健師)

対象 妊娠6～9か月頃の妊婦さん

定員 各15名(先着順)

申込 電話・窓口

申込 問合 保健福祉課(保健活動) 1階⑪番 ☎06-6915-9968





3 すべての人に健康と福祉を

ペアレント・トレーニング

連続講座 無料

よりよい親子関係を構築するために、子どもに対する理解を深め、ほめて伸ばす具体的方法を学ぶための講座です。

4・5歳コース(全7回)

日時 9月4日(水)・18日(水)、10月2日(水)・16日(水)・30日(水)、11月13日(水)、令和7年1月8日(水) 各日10時～12時

場所 区役所4階 402会議室

講師 子どもの発達相談室 あおいとり室長 言語聴覚士 藤川 典子 氏

対象 区内在住の就学前(4・5歳児 年中・年長クラス)のお子さんの保護者で、子育てに不安や負担を感じている方
※全7回に参加できる方に限ります
※講座への参加は保護者のみとなります。託児についてはご相談ください

定員 10名(先着順) 申込 電話

締切 8月2日(金)

申込 問合 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番 ☎06-6915-9129

初心者大歓迎! 鶴見区民レクリエーション体験会

無料 申込不要

卓球・バドミントンといったおなじみのものから、ニュースポーツとして注目されているスリーアイズまで、いろんなスポーツの試合を実際に体験できます。競技レクチャーやルールの説明も専門のスタッフが丁寧にサポートするので初心者の方も経験者の方も気軽に楽しめます。

日時 7月28日(日)
<午前の部>9時30分～12時30分
卓球(第一体育場)/スリーアイズ(第二体育場)
<午後の部>13時30分～16時
バドミントン(第一体育場)
※午前・午後とも開始時刻の15分前から受付し、以降順番にご案内します

場所 鶴見スポーツセンター

対象 区内在住・在勤の方

持物 室内用の体育館シューズ(必須)、ラケット(お持ちでない方は会場で貸出)
※スポーツ活動に適している動きやすい服装でお越しください

主催 鶴見区体育厚生協会・鶴見区役所

協力 鶴見区スポーツ推進委員協議会、総合型地域スポーツクラブ・つるみ咲楽クラブ、鶴見区卓球連盟、鶴見区バドミントン連盟

問合 鶴見区体育厚生協会 弥勒(みろく) ☎090-9114-2416
※ショートメッセージを送信ください

おやこの食育教室

親子で楽しく料理をしながらバランスのよい食事について学びましょう! お子さんも一緒につくれるメニューです♪

日時 7月31日(水) 10時～13時

場所 区役所2階 栄養室ほか

内容 栄養士による食事のお話、調理実習

メニュー おにぎらずプレートセット

対象 区内在住の小学生とその保護者

定員 9組(申込多数の場合は抽選)

費用 1名 500円(材料費・保険料込) ※当日徴収

持物 エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル、筆記用具

申込 電話・窓口・ファックス
※教室名「おやこの食育教室」、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、お子さまの学年をお知らせください
※アレルギーのある方は申込時にお申し出ください

締切 7月19日(金)

共催 鶴見区食生活改善推進員協議会

申込 問合 保健福祉課(健康づくり) 1階①番 ☎06-6915-9882 ☎06-6913-6235

区民ソフトバレーボール大会

日時 8月18日(日) 12時30分～18時頃
※組合せは7月29日(月)に連盟で抽選します

場所 鶴見スポーツセンター

募集 女子の部 12歳以上(小学生は除く)
※4名以上8名以下で登録をお願いします

対象 区内在住・在勤の方

費用 1チーム 3,000円
※当日受付でお支払いください
※抽選後の参加辞退は参加費をいただきます

申込 メール(所定の申込書あり)
※申込書は「大阪鶴見ええまちネットワーク」のホームページからダウンロードしてください

締切 7月12日(金) 必着

主催 鶴見区体育厚生協会 鶴見区役所

協力 鶴見区ソフトバレーボール連盟

申込 問合 鶴見区ソフトバレーボール連盟 会長 山田 ☎090-7366-3770
(通話可能時間…19時～21時)
✉snow-o-white@angel.zaq.jp





申込書はこちら

学び舎(まなびや)つるみ ～生涯学習1日体験教室～

無料 申込不要

お子さんの「まなび」を応援する教室を一日限定で開講します。すべて短い時間でできる体験教室ですので、お気軽にご参加ください。

日時 8月4日(日) 10時～12時 / 13時～15時

場所 区役所3階 302・303会議室
※当日は区役所駐輪場工事期間のため、一部使用できない場合があります。駐輪場開設状況については、区ホームページをご確認ください

内容 けん玉教室、バルーンアート教室、吹き矢体験、防災おりがみ教室、アロマバスボムを作ろう、ミニフラワーアレンジメント、えほんひろば

対象 小学生以下および保護者

定員 講座により定員が異なりますので、ホームページをご確認ください。いずれも材料がなくなり次第終了となります。

同時開催 平和学習アニメDVD上映会 「ココロ屋」、「どうぶつたちのねがい〜戦争中の天王寺動物園〜」

問合 市民協働課(教育) 4階⑬番 ☎06-6915-9734





バルーンアート

主催 鶴見区生涯学習推進会議 鶴見区生涯学習推進員連絡会 鶴見区役所

協力 鶴見図書館

詳しくはこちら

