

参加してみませんか 講座・催し

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 ①3月19日(木)
②4月1日(水)
③4月24日(金)
各日13時30分～15時30分
※11時時点で暴風警報もしくは特別警報が出ている場合は中止

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)
③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

対象 妊娠6～9か月頃の妊婦さん

定員 各15名(先着順)

行政オンラインシステムはこちら

申込 電話・窓口
※4月開催分からは行政オンラインシステムより予約可



申込・問合せ 保健福祉課(保健活動) 1階⑪番 ☎06-6915-9968

離乳食講習会

無料 申込不要

離乳食を始めることに不安がある方、離乳食を始めたものの、うまく進まない方、その他離乳食についてご質問のある方、ぜひご参加ください。



日時 3月17日(火)
13時30分～14時30分

場所 区役所2階 集団検診室

内容 離乳食の進め方について(お話・実演)

対象 生後7か月ごろまでの赤ちゃんを育児中の方

詳しくはこちら

問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階⑪番 ☎06-6915-9882



区役所等からの お知らせ

新年度分の障がいのある方の 交通乗車証・タクシー給付券について

新年度分のOsaka Metroや大阪シティバスでご利用いただける交通乗車証またはタクシー給付券は、**令和8年3月下旬**に簡易書留にてお送りします。なお、更新手続きは5年ごとに行いますので、今年度は更新手続き不要です。次回更新手続きは、令和8年度に行う予定です。



問合せ 保健福祉課(障がい者支援) 1階⑬番 ☎06-6915-9857 FAX 06-6913-6237

ペアレント・トレーニング講座

無料

保護者の方々が子どもとのより良い関わり方を学びながら、日常の子育ての困りごとを解消し、楽しく子育てができるように支援する保護者向けプログラムです。

日時 4月24日(金)、5月8日(金)・22日(金)、
6月5日(金)・26日(金)、7月10日(金)、
9月11日(金) (全7回)

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 鶴見区在住の3歳～小学校2年生ぐらいのお子さんの保護者
※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 各10名(先着順)
※定員になり次第受付終了となります

申込 行政オンラインシステム

申込はこちら



申込・問合せ 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番 ☎06-6915-9129

鶴見区子育てサロンに遊びに来てね!

問合せ 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番 ☎06-6915-9129



詳しくはこちら



無料

子育てサロンは親子の遊びや情報交換、仲間づくりの場として、地域ごとに定期的に開催しています。

対象 0歳～就学前のお子さんとその保護者、ご出産予定のプレパパ・プレママ

名称	日時	名称	日時
つるみ北子育てサロン (鶴見北公民館)	3月9日(月) 10時～11時45分	みどり子育てサロン (みどり会館「緑ふれあいの家」)	3月18日(水) 10時～11時30分
横堤子育てサロン (横堤福祉会館)	3月10日(火) 10時～12時	焼野子育てサロン (焼野福祉会館)	3月18日(水) 10時～11時30分
茨田東子育てサロン (茨田東福祉会館)	3月11日(水) 10時～12時	茨田子育てサロン (茨田福祉会館)	3月18日(水) 10時～12時
茨田西子育てサロン (茨田西社会福祉会館)	3月12日(木) 10時～12時	茨田南子育てサロン (茨田南福祉会館)	3月19日(木) 10時～11時30分
茨田北子育てサロン (茨田北福祉会館)	3月16日(月) 10時～11時30分	榎本子育てサロン (榎本福祉会館)	3月24日(火) 10時～11時30分
つるみ子育てサロン (鶴見公民館)	3月17日(火) 10時～11時30分	今津子育てサロン (今津会館)	3月24日(火) 10時～12時

区役所で実施する ころの健康に関する各種無料講座

申込・問合せ 保健福祉課(保健活動) 1階⑪番 ☎06-6915-9968



無料

	講座名	実施日時・場所	対象
申込制	地域生活向上教室(ほっこり・ほのぼの) 地域で安定した生活ができることを目的とした教室です。	3月5日(木)・19日(木) 4月2日(木)・16日(木) 各日9時30分～11時30分 区役所2階 集団検診室	統合失調症等の精神障がい(疑いも含む)のある方 ※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください
	統合失調症の家族教室 家族が正しい知識や本人への接し方などを学び、参加者の皆さんと考える教室です。	3月18日(水)、4月15日(水) 5月20日(水) 各日13時30分～15時30分 区役所2階 集団検診室	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
申込不要	酒害教室 飲酒問題について正しい知識と理解を深める教室です。	3月11日(水)、4月8日(水) 5月13日(水) 各日14時～16時 区役所2階 集団検診室	飲酒問題を抱え回復をめざしている方、ご家族、支援者など、どなたでも参加できます。

「広報つるみ」に広告を出しませんか?

～令和8年5月号からの広告を募集をしています～

広報つるみは… ★毎月56,100部発行! ※2月1日現在
★区内すべてのご家庭・事業所に配布! ★駅や商業施設にも配架!

広告料【1枠】 縦5cm×横12cm

広告料【2枠】 縦5cm×横25cm

中面 21,000円/1か月
表紙 47,000円/1か月

中面 40,000円/1か月
表紙 90,000円/1か月



▲行政オンラインシステムはこちら ▲ホームページはこちら

- 掲載号/令和8年5月号～令和9年4月号 ※表紙の募集は終了しています。
- 申込方法/行政オンラインシステム・メール・郵送 ※各号の申込締切など詳細はホームページをご覧ください。

申込・問合せ ☎538-8510(住所不要) 鶴見区役所総務課(政策推進) 4階④番
☎06-6915-9683 ✉tr0008@city.osaka.lg.jp