

参加してみませんか

講座・催し



無料

マタニティクラス

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 ① 9月19日(金) 各日
②10月 1日(水) 13時30分～15時30分
③10月24日(金)

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) 詳しくはこちら

申込 電話・窓口

申込・問合せ 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



無料

子育て支援講演会『お話しの会&音楽コンサート』

『絵本の会鶴見』によるパネルシアターなど楽しいお話しと『鶴見区音楽団』によるコンサートを開催します！楽しいひとときを親子で過ごしましょう♪

日時 10月12日(日) 10時～11時45分※受付開始9時40分～

場所 鶴見区民センター 小ホール

講師 『絵本の会鶴見』『鶴見区音楽団』

対象 区内在住の未就学児とその保護者

定員 200名(先着順)

問合せ 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番 ☎06-6915-9129

子ども服の展示・提供もあります



無料

ファミリー・サポート・センター事業提供会員(有償ボランティア)養成講座

地域の子育て世代のお子さんの預かりや施設への送迎などを行う、子育て有償ボランティアを募集しています。興味のある方は、下記講座にお申込みください。

日時 10月2日(木)・9日(木)・17日(金)・23日(木)・26日(日)・30日(木) 9時30分～16時20分(最長)
※日によって異なる

場所 鶴見区民センター 3階集会室

対象 市内在住の19歳以上の方で、援助活動をする会員として登録する意思のある方

申込 電話・FAX・来館 ※9月5日(金)より受付

問合せ ファミリー・サポート・センター鶴見(鶴見区子ども・子育てプラザ内) ☎06-6967-1035

事業説明はこちら



講座プログラムはこちら



無料

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

	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。	9月4日(木)・18日(木) 10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。	9月30日(火) 14時～16時 区役所4階 401会議室 10月15日(水) 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。	9月10日(水)、10月8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。	

第22回 鶴見区民バドミントン大会(団体戦)

12チームによるおたのしみ団体戦です。詳細は鶴見区バドミントン連盟ホームページをご覧ください。

日時 9月21日(日)9時30分～ ※9時受付開始

場所 鶴見スポーツセンター

対象 区内在住・在勤の方または鶴見区バドミントン連盟会員
※一人でも参加できます
※未経験者は参加できません

定員 120名(先着順)

費用 1,400円／1名

申込 ファックス、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
鶴見区バドミントン連盟事務局
☎050-3488-1545
✉tsurumikubadrenmei@gmail.com

主催 鶴見区役所・鶴見区体育厚生協会

協力 鶴見区バドミントン連盟

問合せ NPO法人 大阪鶴見ええまちネットワーク ☎06-6912-6133

詳しくはこちら



申込書はこちらから



無料

初心者大歓迎! 鶴見区民レクリエーション体験会

卓球・バドミントンや、ニュースポーツのスリーアイズなど、いろんなスポーツの試合を体験できます。競技レクチャーやルールの説明もスタッフが丁寧にサポートするので初心者の方も気軽に楽しめます。

日時 9月14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 鶴見区役所・鶴見区体育厚生協会

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

問合せ 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

無料

令和7年度 鶴見区ウォーキング教室

意外と知らない正しいウォーキングの方法を学ぶことで、ウォーキングの効果もアップします。運動不足の解消や景色を楽しみながら一緒にウォーキングしませんか？
イオンモール鶴見緑地での開催は初めてとなります。ぜひご参加ください。

日時 ①10月29日(水)、②11月5日(水) 各日10時～12時
※①が雨天時はハナミズキホール内でウォーキングやレクリエーションを行います。

場所 ①ハナミズキホール(花博記念公園鶴見緑地内)
②サンシャインコート(イオンモール鶴見緑地3階)

内容 ウォーキングについての講演、ウォーキング
①鶴見緑地公園内
②イオンモール鶴見緑地内

講師 いしだ のぶ 石田 忍 氏(健康運動指導士)

対象 区内在住の18歳以上の方
※原則2回とも参加可能で、約45分間、歩くことが可能な方

定員 50名(先着順)

申込 電話・窓口・行政オンラインシステム
※9月5日(金)9時～受付開始

締切 10月17日(金)

申込・問合せ 保健福祉課(保健活動) 1階⑪番 ☎06-6915-9968

行政オンラインシステムはこちらから



無料

1Day傾聴ボランティア養成講座

相手の気持ちに寄り添ってお話を「聴く」ボランティアについて一緒に学びませんか？

日時 9月26日(金) 13時～16時
※受付開始12時30分～

場所 鶴見区在宅サービスセンター 2階ボランティアルーム

内容 「傾聴の基本を知る」など

対象 傾聴ボランティアとして活動していただける方または興味のある方

定員 30名(先着順)

申込 電話・来館・申込フォーム

締切 9月12日(金)

主催 傾聴ボランティアひまわり

協力・問合せ 鶴見区ボランティア・市民活動センター ☎06-6913-7070

申込はこちらから

