

参加してみませんか

講座・催し

離乳食講習会

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 10月20日(火) 13時30分～14時30分

詳しくはこちら▶

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

問合 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番 ☎06-6915-9882

無料 申込不要

災害時外国人支援ボランティア募集 オンライン説明会

災害時の通訳・翻訳や、やさしい日本語での支援に関心をお持ちのみなさんにオンラインで説明会を開催します。
※災害時外国人支援ボランティアは随時ホームページにて募集しています。詳細はホームページをご覧ください

日時 10月20日(火) 19時～19時30分

場所 オンライン(Zoom)

対象 どなたでも

申込 (公財)大阪国際交流センター ホームページ上の申込フォーム

申込 問合 (公財)大阪国際交流センター ☎06-6773-8989

無料 申込不要

市民公開講座 「急性期から在宅まで 切れ目なく支える整形外科予防医療」

転倒や骨折は「その後の生活」を大きく左右します。この講座では、万が一の骨折時の急性期治療、回復期リハビリ、そして在宅復帰までをわかりやすくお伝えします。ご本人はもちろん、ご家族や介護に関わる方にも役立つ内容です。講演後は健康チェックブースを設置して、骨密度測定や個別相談も実施します。

日時 10月29日(木) 15時～16時(14時30分～受付開始)

場所 つるみ日建ホール(区民センター 大ホール)

講師 大阪府済生会野江病院 整形外科部長 柴田 弘太郎 口バーツ 氏 コープおおさか病院 副院長 向井 明彦 氏 他

対象 どなたでも 定員 200名(先着順)

主催 コープおおさか病院、済生会野江病院

共催 鶴見区医師会、鶴見区役所

問合 コープおおさか病院 地域連携相談室 ☎0570-06-1100

無料 申込不要

●以下は広告スペースです。広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

区役所で実施する こころの健康に関する各種無料講座

申込・問合 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。	11月5日(木)・19日(木) 各日9時30分～11時30分 区役所2階 集団検診室	統合失調症などの精神障がい(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 統合失調症について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。	10月21日(水)、11月18日(水)、12月16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。	10月14日(水)、11月11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。	

骨太フッキング

生活習慣病予防とフレイル*予防について調理実習をしながら楽しく学びませんか。日頃のカルシウム不足の解消に役立つレシピです♪

※フレイルとは、加齢に伴って、体力(筋力)や精神力など心身の活力が低下し、要介護の状態に近づくこと

日時 10月30日(金) 10時～13時

場所 区役所2階 栄養室他

内容 栄養士による食事のお話・調理実習
※メニュー:ごはん、豚しゃぶとねばねば野菜の醤油麹和え、高野豆腐とししとうのしらす干し煮、抹茶と甘酒のプリン

対象 区内在住の18歳以上の方

定員 18名(先着順)

費用 1名600円※当日徴収(税込、材料費・保険料込)

持物 エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル、筆記用具、水分補給用の飲料
※アレルギーのある方は申込時にお申し出ください

申込 電話・窓口・行政オンラインシステム

締切 10月16日(金)

共催 鶴見区食生活改善推進員協議会

行政オンラインシステムはこちら▶

申込 問合 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番 ☎06-6915-9882

親子ヒューマンシアター「おまえうまそうだな」映画上映会 ～鶴見区人権啓発推進セミナー～

最初は食べるつもりだった肉食恐竜と草食恐竜が育む、心あたたまる親子の物語。種族も生き方も違うふたりが育むかけがえのない絆、命の大切さや思いやりを描く、大人も子どもも楽しめる感動アニメです。

日時 11月3日(火・祝) 13時30分～15時30分(13時開場)

場所 つるみ日建ホール(区民センター 大ホール)

対象 どなたでも 定員 500名(先着順)

主催 鶴見区地域女性団体協議会、鶴見区PTA協議会、鶴見区役所

後援 鶴見区人権啓発推進会、鶴見区人権啓発推進員連絡会

詳しくはこちら▶

問合 市民協働課(教育)4階④3番 ☎06-6915-9734

©宮西達也／ポプラ社・おまえうまそうだな製作委員会

無料 申込不要

令和8年度 健康づくりひろげる講座へ参加してみませんか？

健康づくり・介護予防活動の担い手として地域で活躍できる方を養成する講座です。住み慣れた地域で心身を健やかに保ちながら、自分らしくいきいき生活できるように健康に関する知識を学びましょう。皆様のご参加を心よりお待ちしております。
※修了者の方は、鶴見区健康づくり推進協議会「鶴見ふれんど会」へ入会できます

日時 全6回講座 ①11月11日(水)②11月17日(火)③11月25日(水)④12月 2日(水)⑤12月 9日(水)⑥12月16日(水) 各日10時～12時

場所 区役所2階 集団検診室

内容 医師、理学療法士、ヨガインストラクターなどの講義、グループワークなど

対象 区内在住で原則6回参加可能な方 定員 20名(先着順)
※4回以上受講された方には修了証をお渡しします

申込 電話・窓口・行政オンラインシステム(10月5日(月)から受付開始) 締切 11月6日(金)

行政オンラインシステムはこちら▶

3 すべての人に健康と福祉を

詳しくはこちら▶

申込・問合 保健福祉課(保健活動)1階⑪番 ☎06-6915-9968