

# ちびっこあつまれ

「すくすくひよこナビ」にイベントのお知らせやあおぞら保育ニュースを掲載しています。

◆あおぞら保育		◆ひまわりクラブ	
とき(11月)	ところ	とき	ところ
①2日(火)	なかよし広場	①11月7日(月)	園庭開放 ※雨天中止
②17日(水)	保健福祉センター	②11月28日(月)	大和田幼稚園 作品展覧会、手形アート
③12月9日(金)		③12月9日(金)	クリスマス会

◆あそびのひろば	
とき(11月)	ところ
①平日午前10時30分～正午	砂子みなみこども園
②4日(金)・9日(火)・14日(月)・22日(水)・30日(金)	上野口保育園

## なかよし・ひよこNEWS

対象 市在住の3歳以下の子どもと保護者  
費用 無料  
申請方法 ①なかよし広場…平日午前9時30分～午後5時に電話  
②ひよこ～平日午前9時～午後4時に電話

なかよし広場(市民プラザ)		ひよこ～(保健福祉センター3階)	
とき(11月)	内容	とき(11月)	内容・対象
1日(火) 8日(水) 10日(金) 16日(木) 22日(水) 25日(金) 30日(火)	親子で遊ぼう	4日(金)	あかちゃんのつどい(のびのび)0～5カ月の赤ちゃん
9日(水)	ファミサポ・なかよし広場コラボ企画お城をめざして冒険に出よう!	7日(月)	あかちゃんのつどい(すくすく)6～8カ月の赤ちゃん
15日(火)	誕生会	9日(水)	1歳以上のつどい1歳～未就学児
17日(木)	親子で遊ぼうEnglish	17日(水)	あかちゃんのつどい(ぐんぐん)9～11カ月の赤ちゃん
		18日(金)	お誕生日会
		21日(月)	1歳のつどい満1歳の子ども
		24日(木)	2歳のつどい満2歳の子ども

◆詳しくは問い合わせ  
申込・問合先  
なかよし広場 ☎072(887)6621  
ひよこ～ ☎06(6904)8601

## 健診などのあんない(12月)

内容	とき・ところ・受付時間
4か月児健康診査 対象 4年8月生まれ 個別に通知	26日(月)…保健福祉センター 27日(火)…市民プラザ ※時間は午後1時～2時30分
1歳6か月児健康診査 対象 ①3年5月1日～5月20日生まれ ②3年5月21日～6月10日生まれ 個別に通知	①9日(金)…保健福祉センター ②16日(金)…保健福祉センター ※時間は午後1時～2時30分
2歳6か月児歯科健康診査 対象 2年5月生まれ 個別に通知	13日(火)…保健福祉センター ※時間は午後1時15分～2時45分
3歳6か月児健康診査 対象 元年6月生まれ 個別に通知	1日(水)…保健福祉センター ※時間は午後2時～2時30分
ゆうゆう・にこにこ・すくすく健診 ※予約制	午後1時～2時30分 保健福祉センター
妊産婦・乳幼児健康相談 ※予約制	27日(水)…市民プラザ ※時間は午前10時～11時
離乳食講習会 ※予約制	23日(金)午後1時30分～3時 保健福祉センター ※受付は午後1時から
健康相談(無料) 対象 40歳以上の人とその家族 ※予約制	保健福祉センター ※時間は午後1時～3時 月・金曜日の相談 ※相談員は市保健師 日曜日、祝日の相談 ※相談員は市医師会 医師
栄養相談 ※予約制。相談員は市栄養士	保健福祉センター

★乳幼児健診は不要不急の外出ではありません。体調のよい人は、予定通りに受診しましょう。  
★子どもの発育・発達や育児などで心配なことは、健康増進課までお気軽にご相談ください。

申込・問合先 健康増進課 ☎06(6904)6500

## 各種検診(集団検診)

検診名・対象	とき・ところ	内容	費用
子宮がん検診 (20歳以上で偶数年齢の女性)	○12月19日(月)…保健福祉センター ○5年1月13日(金)…市民プラザ ※受付は午後1時～2時45分	問診、視診、細胞診(頸部のみ)、内診	無料測定会 ※5年1月13日(金)を除く ※肌年齢や野菜摂取レベルなどを測定
乳がん検診 (40歳以上で偶数年齢の女性)	○12月20日(火)・5年1月30日(月)…保健福祉センター ○5年1月17日(火)…市民プラザ ※受付は午前9時40分～11時20分、午後0時45分～2時20分	問診、マンモグラフィ ※視触診は廃止	○40歳～49歳(2方向撮影)…1500円 ○50歳以上(1方向撮影)…1200円
大腸がん検診(40歳以上の人) 胃がん検診(50歳以上の人) ※内視鏡による胃がん検診を前年度受診した人は対象外	○女性日…12月2日(金)…保健福祉センター ○男性日…12月8日(木)…保健福祉センター ※胃がん検診の受付は午前9時～11時 ※大腸がん検診のみの受付は午前10時45分～11時30分	○胃…問診、バリウム服用レントゲン撮影 ○大腸…問診、便潜血検査	○胃…800円 ○大腸…300円
結核検診 (15歳～39歳の人)	12月6日(火)・7日(水)午前…保健福祉センター ※受付は午前9時20分。予約は11月25日(金)まで	問診、レントゲン間接撮影	○肺・結核…100円 ※喀痰細胞診は必要な人に実施。300円
肺がん検診 (40歳以上の人)	○11月14日(月)午前・午後…保健福祉センター ○5年2月20日(月)午前…保健福祉センター ※受付は午前9時45分～11時15分、午後1時30分～3時	問診、超音波による骨強度測定 ※希望者のみ保健指導、栄養相談、運動実技を実施	500円

◆個別および集団での各種がん検診を受診する人で、検診日当日に次のいずれかを満たす人は検診費用を免除  
①70歳以上の人②市民税非課税世帯の人(世帯全員が非課税)③生活保護受給者  
※②③は、予約時に申し出。②は健康増進課で税情報を確認するため同意書に記入が必要。③は受診時に生活保護証明書が必要  
※がん検診無料クーポン券は5月末に対象の人へ送付しました。有効期限は5年3月31日(金)  
※個別のがん検診は市内取扱医療機関に直接予約  
※②③は、予約時に申し出。②は健康増進課で税情報を確認するため同意書に記入が必要。③は受診時に生活保護証明書が必要  
予約方法 電話または直接 予約・問合先 健康増進課 ☎06(6904)6500

## 市立小学校の就学時健康診断

5年4月に市立小学校へ入学予定の児童を対象に、就学時健康診断を行います。  
対象児童には、10月中旬から下旬に通知書を送付します。  
※届かない場合は問い合わせとせよ。下表参照

就学予定小学校	とき	ところ
大和田・門真みらい	10月31日(月)	保健福祉センター
門真・速見	11月1日(火)	保健福祉センター
古川橋・上野口・北川本	11月7日(月)	市民プラザ
脇田・五月田・砂子	11月21日(月)	市民プラザ
二鳥・沖	11月22日(火)	市民プラザ
四宮・東	11月25日(金)	市民プラザ

※健診は午後2時から。受付は午後1時45分～3時

## ママパパ教室(平日コース)

もつぷ・生まれる赤ちゃんのために、お風呂を学びませんか。  
11月17日(水) 午前10時から  
対象 妊婦とその家族  
※付き添いは1人まで  
申込方法 電話  
申込・問合先 健康増進課 ☎06(6904)6500

## 11月はこの再生

この運動は、あそび運動に取り組み、市内すべての学校をサポートします。  
問合先 府教育委員会企画課 ☎06(6944)8042

## 11月は児童虐待防止推進月間

◆あなたの1本の電話で救われる子どもがいます  
気になる子どもや保護者を見つけたら、それはSOSのサインです。子どもの命を守るために、児童虐待かもと思ったら、迷わずご連絡ください。  
相談先・受付時間  
○家庭児童相談センター(子育て支援課)…平日午前9時～午後5時30分 ☎06(6902)6148  
○府中央子ども家庭センター…平日午前9時～午後5時45分 ☎072(828)0161  
○夜間・休日虐待通告専用電話…平日午後5時45分～午前9時、土・日曜日、祝日、年末年始 ☎072(295)8737  
○児童相談所虐待対応ダイヤル…365日24時間対応 ☎189(いちばやく)  
◆オレンジリボンキャンペーン  
重大な児童虐待ゼロに向けてオール大阪で取り組みます。  
とき 11月2日(火)午後4時～5時  
ところ 京阪古川橋駅前

## 教育

食育ボランティア養成講座  
講座に参加してポイントを得ることで食育ボランティアになります。  
とき 11月21日(月)～5年3月6日(日)まで全8回  
※原則、全講座への参加が必要  
一部、別講座への参加が必要  
対象 市在住の人  
費用 調理実習のみ1回につき400円  
申込方法 11月17日(水)までに電話 ☎06(6904)6500

## 子育て

骨粗しょう症予防教室  
骨粗しょう症やロコモティブシンドロームについて学びましょう。  
とき 12月7日(水) 午後1時～3時  
ところ 保健福祉センター  
講師 齋藤真穂(医師)、関西医科大学医学部整形外科学講座(主任教授)  
費用 無料  
申込方法 11月1日(火)～30日(火)に電話 ☎06(6904)6500

## ママパパ教室(平日コース)

お酒をやめたいのにやめられない人はアルコール依存症かもしれません。自分や家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。  
相談先 大阪府こころの健康総合センター  
06(699)2818  
おおさか依存症士10ホットライン ☎0570(06)9999  
守口保健所地域保健課 ☎06(699)3133

## 11月10日・16日は

11月10日(水)・15日(火)に電話 ☎06(6904)6500  
11月10日(水)・16日(木)はアルコール関連問題啓発週間  
お酒をやめたいのにやめられない人はアルコール依存症かもしれません。自分や家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。  
相談先 大阪府こころの健康総合センター  
06(699)2818  
おおさか依存症士10ホットライン ☎0570(06)9999  
守口保健所地域保健課 ☎06(699)3133

## 健康

健康教育講座  
薬物乱用の恐ろしさや依存症から身を守るために、とせよ。11月17日(水)午後7時～7時45分  
ところ 保健福祉センター  
講師 柳本秀吉(門真市薬剤師会)  
対象 市在住の人  
費用 無料  
申込方法 11月1日(火)～15日(火)に電話 ☎06(6904)6500

Let's アンチエイジング  
骨盤ストレッチ  
自律神経を整える効果も  
とき 11月30日(水) 午前10時～正午  
ところ 市民プラザ  
対象 市在住64歳以下の人  
講師 運動指導士  
申込方法 11月4日(金)～18日(金)に電話 ☎06(6904)6500  
要予約

愛の献血  
とき・ところ・主催  
○11月16日(水)午後2時～4時30分  
○11月18日(金)午前10時～正午、午後1時～4時30分  
市役所 会館前 門真市献血推進協議会  
問合先 門真市社会福祉協議会 ☎06(6904)6453

## 特定健診予約受付中

### ～自分のため、家族のため、特定健診を受けましょう!～

40歳以上の市国民健康保険加入者は特定健診を受診し、おおさか健活マイレージ「アスマイル」に登録すると、電子マネーなどと交換できるポイントがもらえます。  
とき・ところ 右表参照  
※個別健診での受診は特定健診取扱医療機関へ直接電話のうえ確認  
※特定健診と人間ドックの重複受診不可  
対象 健診当日、市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人(昭和23年4月1日～58年3月31日生)  
※今年度中に75歳になる人は、誕生日の前日まで受診可  
※4月2日以降の国保加入者で受診を希望する人は、健康保険課へ問い合わせ  
費用 無料  
※健診日に国保の資格を喪失している人は受診不可。受診した場合、費用を全額自己負担  
健診時の持ち物 受診券(クリーム色・A4サイズ)、大阪府国民健康保険被保険者証  
※受診券は健康保険課で再発行可。

とき	ところ	予約締切日	受診の受付時間(30分毎)
11月23日(水)午前(※1)	市民プラザ	11月14日(月)	午前10時～11時30分
11月25日(金)午前			午前9時30分～11時30分
12月6日(火)午前			午前9時30分～11時30分
12月7日(水)午前	保健福祉センター	11月25日(金)	午前9時30分～11時30分
5年3月9日(水)午前		2月28日(火)	午前9時30分～11時30分
5年3月12日(土)午前※1	南部市民センター	2月28日(火)	午前10時～11時30分

※1…肺がん検診・結核検診の実施なし  
※肺がん検診・結核検診のみの受診の受付時間は健康増進課へ問い合わせ  
※保健福祉センターの駐車場は有料、減免なし。

## 子どもLOBBY キャリア教育イベント

とき(12月の日曜日)	実施企業など	内容	対象
4日	落語家・芸人 林家笑丸	プロ芸人から学ぶ舞台芸～子ども達も楽しめる短い落語と踊りの教室～	小学1～6年生
11日	KDDI㈱	VR(仮想現実)を使って学ぶ「ながらスマホ防止」～ゲームxR(クロスリアリティ)の世界を体験!～	小学3年生～中学3年生
18日	画家の目写真館	プロのカメラマン・ヘアメイクのお仕事体験～みんなと一緒に一つの作品を作り上げよう～	小学5年生～中学3年生

※12月18日(日)は画家の目写真館(本町2-6-1)で実施。集合場所は子どもLOBBY  
※12月25日(日)はお休み

## 非認知能力向上プログラム

子どもの自己肯定感や協調性の育て方を学びませんか  
子どもの粘り強さや自制心などの非認知能力を育むために、どのように考え、どのように接すればいいのかをお伝えします。  
とき 11月12日(土)午後1時～2時  
※事前申込不要  
対象 市在住の保護者、子育て関係者  
ところ イズミヤ門真店3階  
問合先 こども政策課 ☎06(6902)6095

申込・問合先 健康増進課 ☎06(6904)6500

WARM BIZを実施 11月1日(火)～5年3月31日(金) 環境政策課 ☎06(6909)4129

11月11日(金)に振り込み 児童扶養手当11月期(9月・10月)分、特別児童扶養手当12月期(8月～11月)分 こども政策課 ☎06(6902)6186

11月10日(水)・15日(火)に電話 ☎06(6904)6500