

問合

保健センター ☎0725・33・8181

高齢介護課 ☎0725・33・1131

救急、急病時の
連絡先

●泉大津市消防本部 ☎0725・22・0119

●泉州北部小児初期救急広域センター ☎072・443・5940

●救急安心センターおおさか ☎ #7119 または06・6582・7119

【後期クール申し込み】

あしゆび健康セミナー受講者募集！



足を正しい状態に整えるため、正しい姿勢や動作、呼吸法により体の内側から支える体幹を強化し、姿勢の改善、健康状態の向上などをめざしたプログラムを全2回のコースで実施します。

▼1回目:

集団プログラム(180分)

12月22日(日)

- ・足や姿勢、呼吸の測定
- ・アンケート調査
- ・お話と実技

呼吸エクササイズ、フットプラスの活用法、自宅での取り組み方

▼自宅で取り組む

- ・呼吸エクササイズ
- ・あしゆびトレーニング
- ・姿勢改善ストレッチ



▼2回目:

個別フィードバック(15分)

令和7年

1月19日(日)

- ・足や姿勢、呼吸の再測定
- ・アンケート調査
- ・取り組みへのアドバイス
- ・アスマイルポイント取得

場所 テクスピア大阪

対象 18歳以上の市民で、取り組みにより健康な体づくりをめざす人

定員 午前コース(午前9時30分～午後0時30分)…13人

午後コース(午後1時30分～4時30分)…12人

※申込者多数の場合は抽選(前期クールに参加した人は申込不可)

受講料 1,000円

申込 11月6日(水)～26日(火)に保健センターへ
電話またはウェブ

☎0725・33・8181

詳しくは
こちら



らくらく運動教室(予約制)

生活習慣病やフレイルの予防に効果的な運動を運動の専門トレーナーから実践形式で学べます。

旬の果物と野菜を使ったスムージーの試飲つき！

日時 12月9日(月)・17日(火)
午前10時～11時30分

場所 保健センター

対象 40歳以上の市国保および後期高齢者医療制度の被保険者

定員 先着20人

申込・問合

11月8日(金)午前8時45分から保健センター窓口または電話

健康相談を受け付けています

一般健康相談(予約不要)

場所 保健センター

日時 月～金曜日

午前9時～午後5時

電話による健康相談も受け付けています。

☎0725・33・8181

日 月～金曜日(祝日除く)

時間 午前8時45分～午後5時15分

あたま生き生き 体操(予約不要)



あたまと体を動かして認知症の予防をしませんか？

①勤労青少年ホーム

日時 11月の毎週火曜日
午後1時30分～3時

定員 先着50人

②テクスピア大阪(地下1階)

日時 11月の毎週水曜日
午後1時30分～3時

定員 先着25人

③シーパspark

日時 11月の毎週木曜日
(11月28日は休み)
午前10時30分～11時45分

定員 先着30人

〈共通事項〉

対象 65歳以上の市民 持物 上靴

問合 高齢介護課

認知症啓発映画上映会 「99歳 母と暮らせば」

認知症を抱える99歳の母親を71歳と高齢の映像作家が介護する日々を描き、ともに暮らせる介護とは何かを考えるきっかけとなる映画です。

日時 令和7年2月16日(日)
午後2時～4時

場所 テクスピア大阪

対象 市内在住または在勤の人

定員 300人

申込

12月13日(金)(必着)までに、往復はがきに「認知症啓発映画上映会参加希望」、「氏名・住所・電話番号・市内在住または在勤」、返信用はがきには、結果のお届け先の住所、氏名を記入し郵送。

※抽選結果は1月中旬までに返信用はがきで通知します。

宛先 〒595-0026 東雲町9-15

問合 地域包括支援センター

☎0725・21・0294





健康のページ



アスマイル市民限定
ポイント対象



シニア世代に
役立つ情報！

けんしんのお知らせ

場所・問合 保健センター

申込方法 窓口または電話、ウェブにて要予約

ウェブ予約



区分	日時	対象	自己負担額(※1)	内容	持物
乳がん検診	11月14日(木)・18日(月) 午前・午後	40歳以上の 女性市民	500円	マンモグラフィ	問診票
骨粗しょう症検診	11月14日(木)・18日(月) 午前・午後 12月6日(金)午後			超音波検査	
胃がん・大腸がん・ 肺がん検診	11月22日(金) ・胃がんは午前のみ ・大腸がん・肺がんは 午前・午後	40歳以上の市民	1つの検診 につき500円	胃部X線撮影 便潜血反応検査 胸部レントゲン撮影	
セット検診	12月6日(金)午前	40歳以上で、今年 の胃・大腸・肺がん 検診を受診してい ない女性市民	各500円	胃・大腸・肺・乳がん検診、 骨粗しょう症検診(※2)	

※1 生活保護受給者はけんしん料が免除になります。けんしん当日に生活保護受給証明書をご提出ください。

※2 全項目受診可能な人が対象です。ただし、乳がん検診のみ選択可。

ホテル健診のお知らせ



① 特定健康診査

問診・身体測定・血圧測定・検尿・血液検査(16項目)・心電図・診察

※大腸・肺がん検診、胃がんリスク検査、風疹抗体検査(無料クーポン必要)も
同時実施。

対象 40～74歳の市国保加入者(75歳誕生日前日～S60.3.31生)

定員 先着150人 **費用** 大腸・肺がん検診、胃がんリスク検査は各500円

持物 特定健康診査受診券、国保被保険者証(保険証)

② 健康診査

問診・身体測定・血圧測定・検尿・血液検査(最大16項目)・診察

対象 16～39歳の市民(S60.4.1～H21.3.31生) **持物** 健康保険証、問診票

〈共通事項〉

日時 11月29日(金) **場所** 関空泉大津ワシントンホテル

申込 電話・保健センター窓口・ウェブ

肺がん個別検診 始まります



大阪がん循環器病予防センター
で受けることができます。

対象 40歳以上の市民(今年度す
でに肺がん検診を受けた人は対
象外)

費用 500円

申込 保健センター窓口または電話

お口の環境 チェック教室



日時 11月23日(祝)

①午前10時～11時30分

②午前10時30分～正午

場所・申込・問合 保健センター

対象 市国保に加入している40歳
以上の人

定員 先着20人

筋力レベルアップ教室 体幹筋力アップで若返り

あしゆびを意識した運
動教室です。強度の高い
運動で、スムーズな身体
の動きへの変化を実感でき
ます。



日時

11月25日～令和7年1月27日の毎
週月曜日(12月30日・令和7年1月
13日は休み)

午後1時30分～3時(初回のみ1時
～3時)

場所 スポーツクラブルネサンス・ア
ルザ泉大津

対象 65歳以上の市民

定員 30人(初回申し込み者優先)

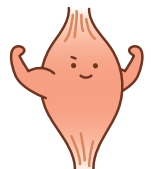
持物 上靴

申込・問合

11月12日(火)から、月曜日を除く
午前11時～午後5時にスポーツク
ラブルネサンス・

アルザ泉大津

☎0725・31・3000



問合せ

保健センター ☎0725・33・8181

高齢介護課 ☎0725・33・1131

救急、急病時の
連絡先

●泉大津市消防本部 ☎0725・22・0119

●泉州北部小児初期救急広域センター ☎072・443・5940

●救急安心センターおおさか ☎ #7119 または06・6582・7119

健康状態の見える化シリーズ 第4弾～第7弾！気になる自分の体質チェック

健康づくりのスタートは、自分のカラダを知ることから！大好評の体質チェックを4回に分けて実施します。この機会に「いずみおおつ マイ・レコ」アプリで50ポイントを貯めてご応募ください。

【検査項目】唾液や尿の郵送検査で測定。

- サビチェック:アンチエイジングやお肌の老化などのサビつき
- ソイチェック:大豆イソフラボンからエクオール(女性ホルモンの働きをする)が作れているか
- フレミーチェック:タンパク質の摂取量
- バリアチェック:粘膜免疫として働くIgA抗体量
- スパイクチェック:食後高血糖のリスク

【応募期間】

第4弾:12月1日(日)～14日(土)

第5弾:12月16日(月)～26日(木)

第6弾:令和7年1月6日(月)～14日(火)

第7弾:1月16日(木)～30日(木)

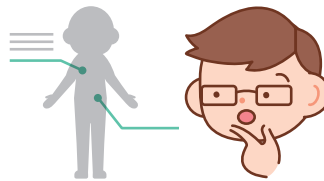
【対象】「いずみおおつ マイ・レコ」アプリを登録している市民

【定員】各回50人程度

【申込】「いずみおおつ マイ・レコ」アプリから応募

※抽選結果は、アプリ内でお知らせします。

【問合せ】保健センター



応募方法などの
詳細はこちら



アプリの詳細は
こちら



楽笑会



【内容】生活に役立つ話や椅子に座りながら行う体操など

【時間】午前の部:10時～11時30分
午後の部:1時30分～3時

【対象】65歳以上の市民

【定員】先着順。当日の参加人数により、お断りする場合があります。

【持物】上靴(会場による)

【問合せ】高齢介護課

日程	開催場所
11月12日(火)午前	条南長寿園
11月13日(水)午後	松之浜町自治会館
11月14日(木)午前	千原公民館
11月18日(月)午後	グランコート集会所
11月20日(水)午前	東助松長寿園
11月21日(木)午前	宇多長寿園
11月26日(火)午前	条東長寿園
11月29日(金)午後	本町自治会館

健康ラボ ～測る・学ぶ・相談する～



●健康チェック 定員 20人

体組成・運動機能測定、ベジチェック

●ミニワークショップ 定員 32人

テーマ:「食育×温活」～からだポカポカスープ～

●未病予防相談 定員 6人(新規優先)

気になる身体の不調や栄養のことなど相談してください。

医師:豊田 孝行氏

【日時】11月27日(水)午前10時30分～午後0時30分

【場所】シーパスパーク 対象 市民

【申込】11月1日(金)午前8時45分から保健センター窓口または電話



高齢者健康相談



検尿・血圧測定・看護師または保健師による健康に関する相談。

健康について気になることがある人は、ご相談ください。

【日時】11月15日(金)

午後1時30分～2時30分

【場所】総合福祉センター

【対象】60歳以上の市民

【問合せ】総合福祉センター

☎0725・23・1390

新型コロナウイルス関連情報

●ワクチン接種による副反応の状況など

市ホームページ▶



●市民相談の窓口オンライン相談後遺症改善プログラム健康被害支援金など



●ワクチンについてわかってきた最新情報(9月28日開催シンポジウム動画)





健康のページ



アスマイル市民限定
ポイント対象



シニア世代に
役立つ情報！

今からはじめる口腔ケア～ハロハロラジオ～



11月のテーマは「知っておこう！オーラルフレイルのこと」のお話です。

日時 11月20日(水)午前10時～11時

場所 FMいずみおおつ85.5MHz **対象** 高齢者向け

問合せ 高齢介護課



ココフレアからのお知らせ

問合せ セントラルスポーツジムスタ24泉大津 ☎0725・20・6730

①簡単トレーニング(体幹編)

日時 11月21日(木)午前10時30分～11時

場所 ココフレア

対象 60歳以上で医師による運動制限のない人 **定員** 8人

申込 11月20日(水)までに直接または電話



②コアポールストレッチ「伸ばしてほぐしてリラックス」

日時 11月の毎週水曜日 午後5時30分～5時45分

場所 ココフレア

対象 15歳以上で医師による運動制限のない人

定員 8人(定員を超える場合は抽選)

申込 当日、レッスン開始時刻5分前までにココフレア



③わくわくサーキット

日時 11月15日(金)午後2時～2時30分

場所 セントラルスポーツスタジオ

対象 医師による運動制限のない人 **定員** 8人

申込 11月13日(水)午後6時までに直接または電話

ファストウォーキング講座 参加者募集～保育付き～

運動効果が高い「ファストウォーキング」を専門講師から学び、正しい姿勢や歩き方をマスターし、ひきしまった健康的な体づくりを目指しましょう。



日時 12月3日(火)

午前10時～11時30分

場所 総合体育館

対象 市内在住の人 **定員** 先着50人

一時保育 先着5人(未就学児。保育1人につき500円)

申込・問合せ 11月5日(火)からウェブまたは保健センター

詳しくは
こちら



フレイル測定会

フレイル(虚弱)とは、加齢とともに筋力や認知機能、活力が低下していくことです。筋肉量やあしゆびの力などを測定し、保健指導と健康運動指導士による運動指導が受け取ることができます。素足での測定があります。



日時 11月28日(木)

午前10時30分～、11時～、11時30分～

場所 勤労青少年ホーム

対象 65歳以上の市民

定員 各回6人

持物 上靴

申込・問合せ

11月7日(木)から高齢介護課

元気に長寿☆ シニアカフェ



食生活について学びましょう。

- フレイル予防などの栄養学習
- 健康づくりのための軽い体操

日時 12月11日(水)

午後1時30分～3時

場所 保健センター

対象 65歳以上の市民

定員 25人

費用 100円(保険代30円含む)

持物 筆記用具

申込 11月5日(火)～12月3日(火)まで保健センター窓口または電話

～衛生委員会共催～ 健康教室



歯周病のお話とベジチェック・あしゆび力測定

※アスマイル市民限定ポイント100ポイントがもらえます。

日時 11月21日(木)

午後1時30分～3時

場所 千原公民館

問合せ 健康づくり課

健康チェックDay (予約優先)



自分のからだの状態を知って、「健康増進・未病予防・生活習慣の改善」に取り組もう。

【チェック項目】

- 体組成・運動機能測定(6歳～)
- あしゆび力測定
- 血管年齢測定(18歳～)
- 骨の健康チェック(5歳～)
- ベジチェック
- 歯とお口のチェック

日時 12月13日(金)

午前9時30分～正午

場所 保健センター

対象 市民

定員 先着27人

申込・問合せ

11月1日(金)午前8時45分から直接または電話で保健センター



ときめき給食のレシピを紹介！

Vol.13 まつなみキャベツのゴマ味噌鍋

ときめき給食に
ついてはこちら▶



松波キャベツは、泉州地域で作られているブランド野菜のひとつです。泉州地域は、水はけがよく、キャベツの栽培に適しています。よく肥えた土で育てられるので、栄養も豊富でとてもおいしいキャベツです。

材料(4人分)

- | | | | |
|--------|--------|----------|--------|
| 鶏つくね | 120g | 酒 | 小さじ1/2 |
| にんじん | 40g | 鶏がらスープの素 | 小さじ2 |
| 大根 | 80g | 水 | 240ml |
| もやし | 40g | | |
| にら | 20g | | |
| キャベツ | 80g | | |
| 土しょうが | 2g | | |
| 厚揚げ | 80g | | |
| 炒りすりごま | 6g | | |
| 白みそ | 小さじ2 | | |
| 赤みそ | 大さじ1弱 | | |
| 濃口しょうゆ | 小さじ1/3 | | |
| みりん | 小さじ1弱 | | |

作り方

- ① 水を沸騰させ鶏がらスープの素を入れる。
- ② にんじん(いちょう切り)・大根(いちょう切り)を加えて煮る。
- ③ 鶏つくねを加える。
- ④ 鶏つくねに火が通ったら、もやし・キャベツ(短冊切り)・にら(2cm長切り)・厚揚げを加える。
- ⑤ 赤みそ・白みそ・酒・みりん・濃口しょうゆ・しょうが(すりおろし)で味を調える。
- ⑥ 炒りすりごまを加え、仕上げる。

実際の給食では、オーガニックのみそ・松波キャベツを使用しました。



問合せ 教育政策課

知ってトクする 元気になれる

健康アップ大作戦！

歯周病があると糖尿病が悪化する?? 11月14日は「世界糖尿病デー」

問合せ 健康づくり課

今年の「世界糖尿病デー」は11月14日です。これにちなんで今月のテーマは、糖尿病と歯周病の関係です。

●歯周病と糖尿病の厄介な関係

歯周病と糖尿病は、血糖値が高い状態が続くと歯周病が悪化しやすく、歯周病があると糖尿病も悪化しやすくなるという、お互いの病気を悪化させる“悪循環”の関係にあります。

●インスリン(血糖値を下げるホルモンの働きが低下する)

●歯を失うとバランスよく食べられない

糖尿病

どちらも悪化する

歯周病

●免疫力が低下し歯周病菌を抑えられない

●唾液の量が減る

●血管が傷つく



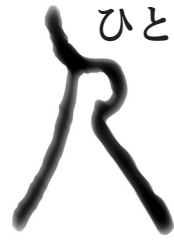
●内科と歯科で定期的なケアを

歯周病と糖尿病は、どちらも40代以降に患者が多く、両方の病気にかかっている人も多いことが予想されます。東京医科歯科大学などの研究では、2型糖尿病(※1)を治療しヘモグロビンA1c値(※2)を下げると歯周病による炎症や歯周ポケットの割合といった歯周病の数値が改善することを明らかにしています。また、歯周病をきちんと治療・ケアすることで糖尿病も改善することが分かってきました。糖尿病の人は内科と合わせて歯科も定期的に受診するようにしましょう。

※1 運動不足や暴飲暴食などの生活習慣が原因で、インスリンが出にくくなったり、効き目が悪くなる病気

※2 過去1〜2か月の血液中の糖分の状態を評価する指標

人間が人間らしく生きるために、すべての人が等しく持っている権利、「人権」について考える「コラム」です。



知っていますか？「年金の日」

日本の公的年金制度は、日本国憲法第25条第2項に基づき、国が社会福祉、社会保障および公衆衛生の向上と増進に努めるという理念のもと、私たちの基本的人権を守るために設立されました。すべての人が健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を持っており、公的年金制度はこの権利を保障するための重要な仕組みです。

「年金」と聞くと、多くの人が社会全体で高齢者などの生活を支える仕組みで、老後の生活資金として受け取れる「老齢年金」を思い浮かべると思います。しかし、人生には健康状態など予測不可能な要素が多く存在し、個人の蓄えだけでは十分な備えが難しい場合があります。そこで、公的年金制度は、このような不確実

性に対処するために、老後の生活だけでなく、事故や病気、自分が亡くなった際に家族を支える役割も果たしています。つまり、公的年金制度は、人生におけるさまざまなリスクに対応するための社会保障制度の一つとして機能しているのです。

将来のリスクは予測が難しいため、加入者はあらかじめ保険料を納めることで、いざというときに公的年金として給付を受けられる仕組みが整っています。保険料は、社会全体でリスクを共有する資金となるため、公的年金制度が安定して機能するには、加入者全員が定期的に納付することが必要です。個々の家庭の経済的負担を軽減し、誰もが安心して生活できる社会を実現するために、公的年金制

度の意義と役割を理解することが求められています。

毎年11月30日は、「年金の日」と定められており、公的年金制度の普及・啓発が実施されています。この日を機会に、公的年金制度が私たちの日常生活にどのように役立っているのかを改めて考えるとともに、自分や家族を守り、安心して生活するためにも、公的年金制度について理解を深め、将来の生活設計を考えてみましょう。



市長のうごき

Mayor's Work

11月の主な予定 ※()内は場所

2日(土)	泉大津急性期 メディカルセンター竣工式 (泉大津急性期メディカルセンター)
3日(祝)	有功者表彰式 (関空泉大津ワシントンホテル)
4日(振休)	大防災訓練(市内小中学校 他)
9日(土)	市長と語ろう！タウンミーティング(テクスピア大阪)
10日(日)	スポーツフェスティバル (総合体育館、条南小学校)

その他自治・商工関係会議など出席(24件)

主なうごき

9月3日(火)

HAホールディングス(株)から花火6,000発を寄贈いただき、感謝状を贈



呈しました。花火は9月21日に開催された「泉大津フェニックス de 遊ぼう！芝生広場」で打ち上げられ、海沿いの夜空を華やかに彩りました！

10月2日(水)

敬老の日を迎え、本市の女性最高齢者の川口喜代江さん(105歳)と男性最高齢者の今村豊さん(103歳)、100歳を迎えた19人に記念品を贈呈しました。



また、同日に開催された市内在住の結婚50周年を迎えたご夫婦27組が参加した金婚祝賀会にも出席し、みなさんと楽しいひとときを過ごしました。





令和7年度 児童発達支援センターにじっこ(毎日通園)の利用申請について

発達に支援の必要な幼児を対象に、生活習慣の獲得や社会生活への適応に向けて療育支援を行っています。令和7年度から利用を希望される人は、利用説明会に参加ください。

対象 市内在住で、原則として満2歳から就学前の幼児

※利用には「通所受給者証」(障がい福祉課で発行)が必要です。

説明会日時 12月3日(火)・4日(水) 午前11時～正午

※保護者のみの参加で構いません。

※上記の日程で都合がつかない人は、事前にご相談ください。

申込・問合せ 11月29日(金)までに電話で児童発達支援センター

☎0725・51・7002(月～金曜日 午前9時～午後5時)



利用申請の流れなどの
詳細はこちら



にじじんサロンからのお知らせ ☎0725・21・6555

リフレッシュタイム～保育付き～

●お子さんを預けてひとりの時間をつくりませんか？

日頃、なかなかゆっくりとひとりの時間がとれない保護者の皆さん！資格の勉強や読書など自分磨きの時間にしたり、動画を見ながらちょっと一息入れたり、自分の時間を過ごしてみませんか？

にじじんサロンには図書・パソコンも置いてます！

※緊急時にはお呼び出しする場合がありますので、館外への外出はできません。

日時 11月27日(水) 午前10時～正午

場所 にじじんサロン

定員 先着5人 ※一時保育あり(6か月～未就学児)

申込・問合せ 11月8日(金) 午前9時30分～15日(金)に直接または電話でにじじんサロン



いずみおおつアルザ子育て支援センターからのお知らせ ☎0725・58・9039

①製作 ②身体測定 ③12月の予約のいる講座(先着)

①どんぐりバッグ製作

毛糸や紙皿など、さまざまな素材を使ってかわいいどんぐりバッグを作ります。

日時 11月7日(木)

②身体測定

実施日・対象

- ・毎週火曜日…歩行が完了するまでの子ども
- ・11月25日(月)…就学前の子ども

③12月の予約のいる講座(先着)

- ・12月23日(月)クリスマス会
…1歳以上 10組
- ・12月24日(火)クリスマス会
…歩行完了前の子ども 10組

【共通事項】

時間 午前9時～正午、
午後2時～4時

定員 午前・午後で各12組

場所・問合せ

いずみおおつアルザ子育て
支援センター



申し込みなど
詳しくはこちら



Instagramは
こちら





子育て応援ひろば

子育てしやすいまち泉大津
子育てに役立つ情報を掲載しています。

地域子育て支援センターからのお知らせ

かみじょう認定こども園乳児棟内 ☎0725・23・0012(駐車場は数台利用可)

おやこ広場に出かけましょう！

子育て相談もしていただけます。公園へ行くように気軽にお出かけください。



広い室内で遊ぶ「たんぽぽ」
ふれあい遊びなどのプログラム
実施日があります。



赤ちゃんだけの日「赤ちゃんルーム」
1歳未満児と保護者、妊婦とその家族対象。
1歳以上の子どもとの利用はできません。



戸外で遊ぶ「おひさま広場」
天候・気候により閉場やたんぽぽ
ぽに変更する場合があります。

	月	火	水	木	金	土
【午前の部】 午前9時30分～ 午後0時30分	赤ちゃんルーム タッチケア 計測実施	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	おひさま広場 	たんぽぽ
【午後の部】 午後1時～3時	赤ちゃんルーム タッチケア 計測実施	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	おひさま広場

※たんぽぽ:2日(土)午前、8日(金)午後は休みです。

※おひさま広場:16日(土)午後は休みです。

※ウェブから予約可。当日のウェブでの予約はおやこ広場開場時間まで。

おやこ広場
の予約は
こちら▶



地域子育て
支援センター
はこちら▶



パパ育応援企画 パパの育児応援しています！ 「和ランチサロン」

食べること、育児のこと、栄養士とお話しましょう！
子どもとおいしい和ランチを食べに来てください。

日時 12月7日(土)午前10時～11時45分

場所 地域子育て支援センター

対象 市内在住で就学前の子どもと父親

※母親の参加はご相談ください。

※和ランチは、おおむね1歳前頃から食べることが
できます。アレルギー要相談。

定員 10組(抽選)

申込

11月13日(水)からウェブ

申し込みは
こちら



泉大津市地域子育て支援センター

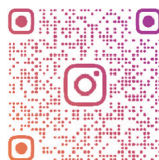


Instagram
インスタグラムを始めました！

@izumiotsu_tiikikosodate

地域子育て支援センターの子育て講座や子育て
情報などを随時発信します！

フォローしてね！





ファミサポでおやこ広場を利用できるようになりました！

ファミサポで、市内のおやこ広場(まざー・ぐるす、カンガルーポケットを除く6か所)を利用できるようになりました。いつもの場所で子どもも安心。たくさんの目があり、保護者も安心です。

まずは会員登録のために、いずみおおつファミリー・サポート・センターへご連絡ください。

対象 市内在住の生後3か月から未就学児がいる人

問合せ いずみおおつファミリー・サポート・センター

TEL 0725・22・4152

MAIL famisapo@syakyou.or.jp



おやこ広場とは、
未就学児と保護者が
遊べる場所です！

いずみおおつアルザ子育て支援センター

ファミサポについて
詳しくはこちら



おやこ広場について
詳しくはこちら



ファミサポとは…

「子どもを預けて買い物に行きたい」など、子育て中の方が育児を手伝ってほしいときに、地域の人が応援する会員同士の相互援助活動のことです。子育ての援助を受けたい人(依頼会員)と子育ての援助を行いたい人(提供会員)を、ファミリー・サポート・センターが紹介します(両会員とも講習を受講し、登録が必要です)。

利用料金 1時間700円 ※複数の子どもを預ける場合、2人目からは通常料金の半額です。

11月は児童虐待防止推進月間！

問合せ 子育て応援課

■ 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。

児童虐待に関する相談対応件数は依然として増加しています。体罰などによらない子育てを地域全体で広げていきましょう。



児童虐待とは…

親や親に代わる保護者が、子どもに対し次の行為をすることをいいます。

● 身体的虐待

子どもの身体に外傷が生じ、または生じるおそれのある暴力を加えること。

● ネグレクト

子どもの健康・発達に必要な衣食住の世話をせずに放置すること。

● 性的虐待

子どもにわいせつな行為をすること。または子どもにわいせつな行為をさせること。

● 心理的虐待

子どもに対する著しい暴言または著しく拒絶的な対応、子どもが同居する家庭で配偶者への暴力を見せるなど子どもに著しい心理的外傷を与える言動を行うこと。



児童虐待かな？と思ったらお電話を！

① 泉大津市虐待相談ホットライン TEL 0800・200・0213

月～金曜日：午前8時45分～午後5時15分

(祝日・振休・年末年始を除く)

府内からの固定電話、携帯電話で利用が可能
(通話料無料)

② 児童相談所虐待対応ダイヤル TEL 189(いちはやく)

24時間365日対応

③ 夜間休日虐待通告専用電話 TEL 072・295・8737

平日：午後5時45分～翌朝9時

土・日曜日、祝日、振休、年末年始：

24時間対応

電話した人の秘密は
厳守します。



子育て応援ひろば

子育てしやすいまち泉大津
子育てに役立つ情報を掲載しています。

各種相談・健診の日程

市ホームページ、子育て応援アプリで開催状況をご確認ください。
また、乳幼児健診・歯科健診については、個別通知を郵送します。

予防接種

【ロタ・BCG・ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・五種混合・MR(麻しん風しん混合ワクチン)・水痘・日本脳炎・二種混合・子宮頸がん予防

市内指定医療機関で個別接種。広報いずみおおつ4月号「令和6年度母子保健予定表(保存版)」をご覧ください。母子健康手帳を忘れた場合は、接種することができません。また、予防接種を受ける際は、必ず接種後の副反応について理解したうえで、接種するようにしてください。

子宮頸がん予防ワクチンは、令和3年に積極的な接種勧奨の差し控えが解除されました。対象者は、公費助成により無料で接種が可能です。厚労省ホームページで副反応などの詳細を確認し、検討・判断してください。



子宮頸がん
予防ワクチン

育児相談・子育て広場 **場所** 保健センター

相談名	対象	日時
ほっとひと息サロン「まんま」 ～食事と歯みがき はじめの一歩～	就学前の乳幼児	12月3日(火) 午後1時30分～3時

発達相談

発達相談員が個別に相談をお受けします。(予約制)

乳幼児健診 **場所** 保健センター **受付時間** 個別に通知します。

健診名	対象	日程
4か月児健診	R6年7月生	11月27日(水)
乳児後期健診	9か月～1歳未満	指定医療機関でお受けください。 受診票は、4か月児健診時配布
1歳6か月児健診	R5年3月21日～4月10日生 R5年4月11日～4月30日生	11月12日(火) 11月14日(木)
3歳6か月児健診	R3年4月生	11月20日(水)

よい歯を育てる会(歯科健診)

対象	日程
2歳児	R4年11月生 11月28日(木)
2歳6か月児(育児相談会)	R4年5月生 11月26日(火)
3歳児	R3年11月生 11月19日(火)

場所 保健センター
受付時間 個別に通知します。



ベビー Cooking(離乳食講習会) **場所** 保健センター

対象	日程	時間
R6年6月生	11月18日(月)	午後1時30分～3時

定員 20組 **申込** 子育て応援課
※今月都合が悪い場合、来月でも可。

ベビー Cooking、
たまごくらすの
ウェブ予約は
こちら。

たまごくらす(両親教室) **場所** テクスピア大阪

内容	日時
赤ちゃんのお世話体験(沐浴・おむつ交換) 妊婦体験 栄養相談 歯科相談 など	12月15日(日) 午前10時～正午

対象 妊娠中の市民とそのパートナー
定員 20組 **申込** 子育て応援課
※子ども連れの参加はご遠慮ください。



15歳未満の
子どもが
休日に病気に
なったら…

泉州北部小児初期救急広域センター 岸和田市荒木町1-1-51 ☎072・443・5940

受付 ▶土曜日:午後5時～10時 ▶日曜日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日):午前9時～午後10時
※正午～午後1時と午後4時～5時は受け付け不可 なお、休日の救急診療は市消防本部(☎0725・22・0119)へ