体験や学習をとおして、お子さまのぜん息について一緒に学びませんか? お子さまの年齢に応じたプログラムをご用意していますので、ぜひお申込みください



事業名	対象者	実施時期	実施会場	申込期間	
こどものぜん息と アレルギー講演会	0 歳~小学校 6 年生で 医師にぜん息と言われたことがあるお	第1回 7月7日(土) 午後	天王寺区民センター	5/15~ 7/5まで	
	子さまの保護者、ぜん息に関心のある保護者	第2回 11月19日(月) 午後	西区民センター	10/1~ 11/16	
ぜん息児水泳教室	4歳児(年中児)~ 小学校3年生で「気管支ぜん息」「ぜん息性気管支炎」と診断されたお子さま (平成21.4.2~平成26.4.1生まれ)	事前勉強会(1 回) 6月18日(月) 午後 水泳実習(1 0回) 7月~9月	【事前勉強会】 大阪市保健所 【水泳教室】 市内の屋内プール施設 (1か所にて実施)	4/10~ 5/16まで	
ぜん息児童の 健康回復セミナー	小学校 3 年生~ 6 年生で	第1回 (ダンス) 7月21日 (土) 午後	天王寺スポーツセンター	4/10~ 6/29まで	
(スポーツ体験) ダンス・サッカー	「気管支ぜん息」と診断されたお子さま (平成 18.4.2~平成 22.4.1 生まれ)	第2回 (サッカー) (予定) 11月10日 (土) 午後	天王寺スポーツセンター	4/10~ 10/19 まで	
親と子の 健康回復教室 (野外教室)	5 歳児(年長児)〜 小学校 2 年生で 「気管支ぜん息」と診断された お子さまとその保護者 (平成 22.4.2 〜平成 25.4.1 生まれ)	10月27日(土)	和泉市立青少年の家 (和泉市)	4/10~ 10/5まで	
乳幼児アトピー・ぜん息相談アレルギー予防教室と同時開催 **1歳6か月3歳児健診でアレルギー素因のあったお子さまを対象		5月29日 (火) 14:00~	東淀川区保健福祉センター	各実施日の 1 週間前 まで	
		7月31日 (火) 10:00~	生野区保健福祉センター		
	未就学 (0歳~)の アトピー性皮膚炎やぜん息 について相談を希望する	9月 7日(金)10:00~	大正区保健福祉センター		
		11月27日 (火) 10:00~	旭区保健福祉センター分館		
	お子さまとその保護者	1月31日 (木) 14:00~	東住吉区保健福祉センター		
		3月 4日 (月) 14:00~	西成区保健福祉センター		

※各事業の案内チラシは、実施日2カ月前頃から各区役所等に設置します。また、各事業の詳細は大阪市ホームページでご覧いただけます。

≪参加できる事業の一覧(学年別)≫

0歳児	1歳児	2歳児	3歳児 (年少児)	4歳児 (年中児)	5歳児 (年長児)	小学校 1年生	小学校 2年生	小学校 3年生	小学校 4年生	小学校 5年生	小学校 6年生
こどものぜん息とアレルギー講演会(保護者向け)											
乳幼児アトピー・ぜん息相談											
	ぜん息児水泳教室										
			親と子の健康回復教室			ぜん息児童の健康回復セミナー(スポーツ体験)					

申込み・問合せ

保健事業グループ 27 06-6647-0648

乳幼児アレルギー電話相談 アレルギーについて電話相談をお受けしています (月)~(金)祝日・年末年始を除く **2**06-6647-07

※医療機関受診のためのご紹介は行っておりません ※通話料は利用者負担

大阪市ホームページにも ご案内を掲載しています。 「ぜんそくおこさま」
または 右の「QRコード」で検索。



平成30年3月作成

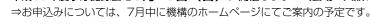
◆環境再生保全機構は、大阪市が実施する「ぜん息のお子さま向けの事業」をサポートしています。

保健師・栄養士がぜん息などの



お知らせ

平成30年度水泳記録会を8月19日(日)に開催します!(会場:大阪プール)













各事業の内容

こどものぜん息とアレルギー講演会

ぜん息やアレルギーについて、メカニズムから治療まで、 専門医師がわかりやすくお話しします。

- ●専門医師による講演
- ●スキンケアや吸入器使用等の体験
- ●医師・栄養士による個別相談

保護者の声

- ・最新の情報を聞くことができて、よかったです。
- ・体験ができ勉強になりました、今後実践したいと思います。

ぜん息児水泳教室



ピークフローメーター

無料提供

水泳はぜん息発作を起こしにくい環境で全身運動ができる 最適な運動です。教室を通じて体力の向上や自己管理方法 の習得を図ります。

- ●事前勉強会
- ●水泳実習10回
 - ・毎回水泳実習前に診察を実施
 - ・泳力別のクラス分けで水泳実習
 - ・実習中に保護者を対象に医師講話、交流会を実施

保護者の声

- ・子どもが楽しく参加でき、保護者も大変勉強になりました。
- ・親子でぜん息について話す機会が増えてよかったです。
- ・泳げるようになり、水泳が好きになりました。体力もつきました。

乳幼児アトピー・ぜん息相談

アトピー性皮膚炎やぜん息などのアレルギー相談を個別に 行っています。

- ●医師の診察・相談
- ●医師・保健師・栄養士の講話(希望者) アレルギー・ぜん息の予防と治療、スキンケア、 環境整備、食物アレルギー等
- ●保健師、栄養士による個別相談(希望者)

保護者の声

- ・スキンケアの方法がわかって安心できた。
- ・ぜん息のコントロール方法についてわかった。



ぜん息児童の 健康回復セミナー(スポーツ体験)



運動(スポーツ体験)を通じて、運動への楽しみを持つこと やきっかけにしてもらうこととともに自己管理方法について 学習します。

- ●ダンス体験(室内)、サッカー体験(室内)(予定)
- ●ぜん息の学習
- ●医師講話、交流会(保護者対象)



ピークフローメータ-無料提供



親と子の健康回復教室 (野外教室)

野外活動や学習を通して健康管理の方法や学校などの集団 生活を送るうえでの注意点等について学びます。

- ●ハイキングやクラフト等の野外活動(親子で…)
- ●ぜん息の学習(子ども対象)
- ●医師講話 (保護者対象)
- ●保護者同士の交流会

ピークフローメーター無料提供

保護者の声

- ・初めての参加でしたが、とても楽しく、学ぶことができました。
- ・同じぜん息の子をもつ保護者の方たちとお話しができてうれし かった。勉強にもなりました。

「ぜん息」について年齢に応じてお子様が自己管理できるよう楽しく学びます

ぜん息の理解

「ぜん息ってどんな病気?」「発作時の体の中はどうなっているの?」 「しんどくなったらどうしたらいいの?」「発作予防ってできるの?」等 模型などを用いて分かりやすく学びます。

自己管理について

- ・ピークフローメーターやぜん息日誌を用いて自己管理の大切さを学びます。
- ・腹式呼吸を習得します。



ピークフローメーターとは・・・ 「吐く息の速さ」を測定する器具で、 継続して測定することでお子さまの 体調管理に役立てることができます。