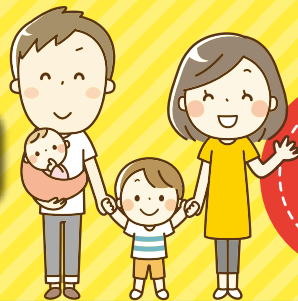


ぜん息のお子さま向けの事業案内

体験や学習をととして、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。



**参加費
無料**
(要申込)

●事前勉強会(1回)
6/14(金)午後
 ●水泳実習(10回)
7月～9月 午後

ぜん息児水泳教室

対象 4歳児(年中児)～小学校3年生で
 「気管支ぜん息」「ぜん息性気管炎」と診断されたお子さま(平成22.4.2～平成27.4.1生まれ)

実施会場 ●事前勉強会…大阪市保健所
 ●水泳実習…大阪市立真田山プール

申込期間 4/10～5/17まで

①1日目
11/9(土)午後
 ②2日目
12/7(土)午後

こどものぜん息とアレルギー講演会
 (2日間コース) ※1日のみの参加も可

対象 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子さまの保護者、またはぜん息に関心のある保護者

実施会場 市内区民センター(場所未定)

申込期間 ①10/1～11/7まで ②10/1～12/5まで

10/13(日)

親と子の健康回復教室
 (野外教室)

対象 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23.4.2～平成26.4.1生まれ)

実施会場 和泉市立青少年の家(和泉市)

申込期間 4/10～9/27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 **対象** 未就学(0歳～)の
 ※1歳6か月・3歳児健診でアレルギー素因のあるお子さまを対象
 アトピー性皮膚炎やぜん息について相談を希望するお子さまとその保護者

5/29(水) …………… 14:00～	鶴見区保健福祉センター
7/31(水) …………… 10:00～	西淀川区保健福祉センター
9/24(火) …………… 14:00～	阿倍野区保健福祉センター
11/15(金) …………… 10:00～	中央区保健福祉センター
2020年1/22(水) …… 10:00～	北区保健福祉センター
2020年3/6(金) …… 14:00～	西区保健福祉センター

申込締切 各実施日1週間前まで

11/23
 (土・祝) 午後

ぜん息児童の健康回復セミナー
 (スポーツ体験) サッカー

対象 小学校3年生～6年生で
 「気管支ぜん息」と診断されたお子さま(平成19.4.2～平成23.4.1生まれ)

実施会場 浪速スポーツセンター

申込期間 4/10～11/8まで

※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(野外教室)		ぜん息児童の健康回復セミナー(スポーツ体験)サッカー			

乳幼児アレルギー電話相談 | 保健師・栄養士がぜん息などのアレルギーについて電話相談をお受けしています

06-6647-0784 (月)～(金) 祝日・年末年始を除く 9時～12時 / 13時～16時

※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 検索

または右「QRコード」で検索

申込み 問合せ **大阪市保健所 管理課 保健事業グループ** **06-6647-0648**

◆ 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。

各事業の内容

2019年度 大阪市

ぜん息児水泳教室



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(児と保護者対象)1回
- 水泳実習10回
 - ・毎回水泳実習前に医師による診察を実施
 - ・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との勉強会や交流会を実施

ピークフローメーター
無料提供

～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。

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作り等の野外活動
- 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、勉強になりました。
- ・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です。

ぜん息児童の健康回復セミナー(スポーツ体験)

サッカー

スポーツ体験を通じて、運動への楽しみを持つことを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。

- サッカー体験(室内)
- ぜん息の学習(子ども対象)
- 医師講話、交流会(保護者対象)

ピークフローメーター
無料提供



～保護者の声～

- ・子どもが楽しそうにしており、親も見ていて楽しかったです。
- ・医師講話が丁寧で分かりやすく、改めてぜん息の理解ができました。

こどものぜん息とアレルギー講演会

2日間
コース

ぜん息やアレルギーについて、メカニズムからケアと治療まで専門医師等がわかりやすくお話しします。スキンケア体験コーナーや医師・栄養士による個別相談もあります。

- 1日目:テーマ「ぜん息とアトピー&食物アレルギー」
専門医師の講演・医療と栄養の個別相談
- 2日目:テーマ「ぜん息とアトピーのケアの実際」
小児アレルギーエドゥケーターによる講演と医療と栄養の個別相談
スキンケアや吸入使用等の体験

～保護者の声～

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



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ました。
- ・ぜん息のコントロール方法についてわかりました。



「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。