

気管支ぜん息に負けない体力を作ろう!!!

令和3年度  
尼崎市

気管支ぜん息の子どものための

# あまっこ水泳教室

尼崎市では、気管支ぜん息患者にとって水泳が最も有効な運動療法であるとして、「あまっこ水泳教室」に取り組んでいます。水泳教室を通して、気管支ぜん息児童の健康回復に役立てていただくために、参加者を募集します。

**参加費無料**

**実施期間** ※申込期間は予定です。市報、市HPまたは電話にて確認してください。

## 第1期

令和3年 4月～7月

申込期間▶

令和3年 1月12日～2月2日

## 第2期

令和3年 8月～11月

申込期間▶

令和3年 5月11日～6月1日

## 第3期

令和3年 12月～令和4年 3月

申込期間▶

令和3年 9月14日～10月5日

クラス

毎週火曜日～金曜日 各曜日15回又は16回  
14時半(未就学児)～と16時～(未就学児、就学児)

場所

市民健康開発センター ハーティ21 室内温水プール  
尼崎市南塚口町4丁目4番8号 (06-6426-6102)

費用

**無料**

定員

**200名(各曜日50名)**

※定員を上回る応募があった場合は抽選となります。

対象

尼崎市内在住の「気管支ぜん息」にり患している3歳から小学6年生で、6か月以内に気管支ぜん息で医療機関に受診された方。以上の内容を満たし、医師の意見書で参加可能と認められた方。(ぜん息性気管支炎は対象外)

内容

医師や看護師による体調管理の下、  
専門指導員による水泳教室

申込方法

指定の申込用紙を公害健康補償課に持参又は郵送  
(申込用紙は同課、ハーティ21、市HP)

※ハーティ21でも申込の受付を行います。郵送での受付は行いません。

### 保護者の声

水泳訓練の前に必ず医師による診察があり、安心して参加することができた。

水泳を始めてから、ぜん息の発作が少なくなった。

保護者同士で子供について話したり、情報交換ができるのでよかった。

問い合わせ先

尼崎市健康福祉局 保健部 公害健康補償課  
尼崎市七松町1丁目3番1-502号

☎ 06-4869-3032

◆ 環境再生保全機構は、尼崎市が実施する「あまっこ水泳教室」をサポートしています。



ぜん息に関する心配ごとや悩みごとは「ぜん息電話相談室」まで  
専門医・看護師が対応いたします。

フリーダイヤル **0120-598-014**  
受付曜日・時間 月～土曜日(祝日を除く)10:00～17:00

独立行政法人 環境再生保全機構 <https://www.erca.go.jp/yobou/>

〒212-8554 川崎市幸区大宮町1310番 ミューザ川崎セントラルタワー8F  
TEL.044-520-9572 FAX.044-520-2134 法人番号8020005008491

大気環境・ぜん息などの情報館 検索

リサイクル適性(A)  
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



# 環境再生保全機構は、尼崎市が実施する あまっこ水泳教室を助成しています。



環境再生保全機構では、ぜん息・COPDの患者様やそのご家族が抱える不安や疑問を解消し、症状を増悪させないために、またよりよい生活を送るために必要な情報をホームページやパンフレット等を通じてご提供しております。また、看護師、専門医にご相談いただけるぜん息・COPD電話相談室も開設しておりますので、ぜひご利用ください。



## 小児向けパンフレット

おしえて先生！  
子どものぜん息ハンドブック



ぜんそく学習帳  
「めざせ！発作ゼロ」作戦



ぜん息悪化予防のための  
小児アトピー性皮膚炎ハンドブック



ぜんそく予防のために  
食物アレルギーを正しく知ろう



まいにち！げんきノート



すこやかライフNo.54



●パンフレット申込フォーム

<https://www.erca.go.jp/yobou/pamphlet/form/index.html>



## ぜん息・COPD電話相談室

小児ぜん息・成人ぜん息・COPDの専門医や看護師が無料でお答えします。

ぜん息・COPDに関する心配ごとや悩みごとについて、電話やメールでご相談いただけます。専門医による電話相談はホームページ等でお知らせしております専門医相談日に専門医から直接お電話いたしますので、あらかじめ電話もしくはメールでご予約をお取りください。

☎ **0120-598014**

●受付曜日・時間

月～土曜日(年末年始、祝日を除く。)10:00～17:00



メールフォーム ▶ <https://www.dial-soudan.jp/he/copd/p-index.php>

### 相談の流れ

