

### 美原老人福祉センター便り

☎美原区黒山782-10 ☎362-3939 FAX 362-1798

利用には、市内在住の60歳以上の方に発行する利用証の提示が必要です。

▶今月の講座  
「健康リズム体操」をテーマに、大阪ガ  
スグループ福祉財団が講演します。  
4月26日(火)、午後2～3時30分、美  
原総合福祉会館(美原区黒山782-10)講習  
室で。無料。運動しやすい服装で。  
☎☎受け付け中。直接か電話で4月  
25日までに同センターへ。先着40人。

### のびやか健康館 無料体験レッスン 室内ジュニアサッカースクール

室内ジュニアサッカースクール無料体  
験レッスンを表のとおり行います。

時間	4月19日(火)	4月21日(木)
15:55～ 16:55	①キッズ クラス	②キッズ クラス
16:55～ 17:55	③ジュニア1 クラス	④ジュニア1 クラス
17:55～ 18:55	⑤ジュニア2 クラス	⑥ジュニア2 クラス

いずれも同館(北区金岡町2760-1)  
で。①②は5歳児～小学1年生、③④は  
小学2・3年生、⑤⑥は小学4～6年生  
が対象。無料。動きやすい服装で室内用  
運動靴(スパイクは禁止)、タオル、飲み  
物を持参。ホールは用意します。  
☎☎4月3日、午前10時30分から直  
接か電話で同館(☎246-5051(水曜日休  
館) FAX246-5041)へ。先着各5人。

### 美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎362-8681 FAX 362-8676

健診受けて心も体も健康に

事業予定		無料	4/19、5/17 13:30～14:30
母子事業	BCG 予防接種 (生後5～11カ月の子どもが対象)	無料	4/19、5/17 13:30～14:30
	離乳食講習会(生後5～6カ月の子どもの保護者が対 象。4カ月健診時にも予約可)	無料	4/6、5/11 10:30～11:30
	ハッピーエンジェル (1～3カ月の子 どもと保護者の自由交 流の場)	受付・育児相談 13:15～14:00 赤ちゃん体操・骨盤体操・交流 会・育児相談 14:00～15:30	4/12、5/10 ※14:00からの参加可
	マタニティ講座 ①分娩のお話、安産エクササイズ、赤ちゃんを迎える 準備 ②クッキング、歯科検診・ブラッシング実習 ③沐浴実習、赤ちゃんのお世話体験 ※いずれが1回のみ参加可	無料(要予約)	①5/23 13:30～15:30 ②6/24 10:30～15:00 ③7/15 13:30～15:30
	子どもの歯相談室(歯科検診・フッ素塗布・歯科相談) ※フッ素塗布は1歳6カ月～3歳11カ月の間で1回	無料	4/5、5/17 13:30～15:00
	食生活相談(栄養士による相談)	無料	4/28、5/26 13:30～15:30
	成人の歯科相談(歯科検診と相談。妊婦も可)	無料	4/12、5/10 13:30～15:30
	精神保健福祉相談 (こころの病気・アルコール問題などで悩む方や家族 の相談)	無料	4/1・20・28、 5/6・18・26 14:00～16:00
	B型・C型肝炎検査	無料	4/28、5/26 13:30～15:30
	風しん抗体検査(費用は免除される場合があります。)	無料	4/28、5/26 13:30～15:30
(下記の健診・相談も行っていきます) 4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(個別通知/無料) 検便検査(有料)月～金の9:00～11:00 難病、失語症に関する相談(随時/無料) ◆場所はいずれも美原保健センター ◆予約は美原保健センターまで			
検診を受けましょう ※予約は4月4日から美原保健センターまで			
胃がん検診 予約制/500円	会場:美原保健センター	午前	5/2・24、6/21
	会場:こども館やかみ	午前	6/3
	会場:さつき野コミュニティセンター	午前	6/15、7/11
	会場:北余部区民会館	午前	6/13
会場:美原体育館	午後	9/13	
乳がん検診 予約制/視触診400円・マンモグラフィ500円	会場:美原保健センター(*1)	午前 午後	5/9、6/5・27
子宮がん検診 予約制/500円	会場:美原保健センター(*1)	午後	5/13、7/1
肺がん・結核検診 胸部レントゲンのみは予約不要/無料 (午後1時30分から3時30分に直接お越しください) たんの検査については予約制/400円	会場:美原保健センター	午後	5/20、6/17
骨粗しょう症予防検診 予約制/1,120円	会場:美原保健センター	午後	5/27、7/22
各検診の費用については免除される場合がありますので、お問い合わせください。 (*1)医療機関での検診を希望する場合は、直接医療機関へお問い合わせ・お申し 込みください。			

### 子育て支援課(美原地域子育て支援センター)

☎☎363-4151 FAX 341-0611

美原地域子育て支援センターでは、  
次の催しを行います。いずれも無料。  
直接会場へ。

■赤ちゃんあつまれ!!  
ねんねの赤ちゃんでも安心して過ご  
せる遊びの場所です【写真】。保健師が  
育児相談などにも応じます。

4月1・8・15日、午後1時30分～  
3時30分、子育て支援活動ひろば(美  
原区役所別館1階)で。0歳の子ども  
とその保護者が対象。出入り自由。



■プレママあつまれ!!  
赤ちゃんの写真を飾れる簡単なアル  
バム作りをしています。おしゃべりし  
ながら友達をつくりま  
せんか。

4月11・25日、午前  
10～11時30分、同ひろ  
ばで。妊娠中の方が対  
象(未就学児の同伴  
可)。

■ひよこクラブへ遊びに行こう  
美原区内の各小学校校区で、手遊びや  
季節に合わせたイベントなどを行って  
います【写真】。子ども同士で元気に遊  
んだり、保護者同士で楽しく情報交換  
したりできます。子育てアドバイザー  
や子育て支援センター保育士によるふ  
れあい遊びなどもあります。

日時と場所は表のとおり。0歳児～



名称	活動場所	日時
ひよこクラブ八上	美原こども館やかみ	第2・4金曜日 10:00～11:30
ひよこクラブ黒山・西	黒山小学校・美原こども館いわき・子育て支援活動ひろば	第4金曜日 10:00～11:30
ひよこクラブさつき野	さつき野東集会所	第2・4火曜日 10:30～12:00
ひよこクラブ平尾	美原こども館ひらお	第2・4木曜日 10:00～11:30
ひよこクラブ北	美原こども館みはらさた	第2・4水曜日 10:00～11:30

### みはらっこ わくわくルーム

開設日時 月～金曜日(祝休日は休館)、午前10時～午後4時(正午～午後0時45分を除く)

同ルーム(美原区役所別館1階)は未  
就学児とその保護者が気軽に集える場  
所として、多くの方が利用しています。

■4月のイベント「わくわくあそびのひろば」  
手遊びやふれあい遊び、簡単なおも  
ちゃ作りをして楽しみましょう。

4月21日(木)、午前10時30分～11時  
30分、同ルームで。無料。直接会場  
へ。

■4月の子育て講座「子どもへのかわり方」  
ベビーマッサージなどをおとして、  
0歳児に大切なスキンシップなどを学  
びます。

4月26日(火)、午前11～11時30分、  
同ルームで。無料。直接会場へ。

### ハッピーエンジェル

助産師と一緒に赤ちゃん体操や骨盤  
体操をします【写真】。また、体重測定や育  
児相談(助産師・保健師)もできます。

4月12日、5月10日、同センターで。  
1～3カ月の子どもとその保護者が対  
象。無料。

▶午後1時15分～2時=受け付け・育  
児相談(希望者)  
▶午後2～3時30分=赤ちゃん体操・  
骨盤体操・交流会・育児相談

母子健康手帳、フェイスタオル、おむ  
つなどを持参。

☎☎受け付け中。電話か FAX で子  
どもの住所、氏名、電話番号、生年月日  
を同センターへ。先着各20組。



### 3・8・0のつく日は、歩こうデー

美原区健康づくり推進委員と一緒に歩  
いて「歩こうデー」をサポートします【写真】。

4月の日程などは表  
のとおり。ウォーキン  
グに興味のある方は、

実施日	集合時間	集合場所
4/4(月)	10:00	さつき野学園
4/18(月) 28(木)	9:30	美原保健センター

気軽に参加してください。  
動きやすい服装で、飲み物、タオルな  
どを持参のうえ、直接集合場所へ。雨天  
中止。

