

赤十字水の事故防止講習

水難事故が増加する夏に備えて、事故を防止するための方法や事故に遭った際の救助方法などについて学びます。

日時7月11日(火)14~15時

場所西区役所地下会議室

対象西区在住で15歳以上の方(中学生は除く)

申込6月2日までに電子申請システム

ム(QRコード)かFAX、郵送で住所、氏名(ふりがな)、年齢、昼間に連絡の取れる電話番号、「水の事故防止講習希望」を書いて日赤堺市西区地区(〒593-8324 西区鳳東町6丁600 西区役所自治推進課内 ☎275-1902 FAX275-1915)へ。抽選。



西消防署



堺市消防局キャラクター「タッシー」

☎274-0119 FAX271-1122

▶大雨シーズン前の備え

洪水や土砂災害など命の危険が伴う大規模災害はいつでも起こるか予測できません。大雨シーズンの前に災害に対する早めの備えをしましょう。事前の備えをしっかり行うことで命を守ることができます。

▷事前に確認すること

ハザードマップ、避難経路・場所、家族との連絡方法



▷大雨が降り始めたら

雨量や水位に関する情報に注意し避難勧告が発令された場合は直ちに避難する、急な豪雨の場合は頑丈な建物の2階など安全な場所に避難する

西保健センター

西区役所2・3階 ☎271-2012 FAX273-3646

▶肺がん・結核検診

日程	場所	受付時間
5月15日(月)	浜寺三光会館	13時30分~
5月23日(火)	浜寺石津公民館	15時30分

対象40歳以上の方(年度内1回のみ受診可)

胸部エックス線撮影をします。タン検査希望の方は、検診日の10日前までに同センターへ要予約。

▶体幹トレーニング教室

体力増進・腰痛予防のために体幹を鍛えましょう。口の健康や減塩などのミニ講座もします。

日時5月25日、6月1日(全2回)10~11時30分

対象西区在住で体力に不安がある方
申込5月2日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号を同センターへ。先着順。

▶お口の渇き・ムセ予防教室

言語聴覚士が口の機能や誤えん性肺

炎予防などについて、歯科衛生士が口の渇きなどについて話します。

日時6月22日(木)13時30分~15時

対象市内在住の65歳以上の方(64歳以下の家族の方も可)

申込電話かFAXで氏名、生年月日、電話番号を同センターへ。先着順。

▶ひらめき脳トレプラス教室

認知症予防のための運動や食生活、口腔ケアなどについて学びます。

日時6月22日~9月14日の木曜日(7月20日を除く)9時30分~11時30分(全12回)

対象65歳以上で全回参加でき、介護認定を受けていない方(年度内1回のみ参加可)

申込5月8~

22日に電話かFAXで住所、氏名、生年月日、電話番号を同センターへ。抽選。



カミカミ・パクパク離乳食講習会 要予約 対象 8~10カ月児の保護者	6月7日	9:30~10:15 10:45~11:30
離乳食講習会 要予約 対象 5~6カ月児の保護者	5月10日 6月14日	9:30~10:15 10:45~11:30
赤ちゃん広場 要予約 対象 1カ月健診後~4カ月児とその保護者	5月8日 6月5日	10:00~11:30
多胎児サークル 対象 就学前の多胎児とその家族、多胎児を妊娠中の方	5月18日 6月15日	10:00~11:30
成人の歯科相談 要予約 対象 16歳以上の方	5月17~30日	13:30~15:30
子どもの歯相談室 要予約 対象 乳幼児~中学生	5月2日、6月6日 5月17日	13:30~15:30 9:30~11:00
食生活相談/生活習慣病予防相談 要予約	5月17日 6月21日	9:30~11:00
精神保健福祉相談 要予約	5月11・16・23日	14:00~16:00
エイズ相談/HIV・梅毒・クラミジアのセット検査 肝炎検査/風しん抗体検査/HTLV-1検査 対象者条件あり。HTLV-1検査のみ有料。	5月2日 6月6日	9:30~11:00
骨粗しょう症予防検診(640円) 要予約 対象 18歳以上の方	7月31日	午後

※4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳児健診(3歳6カ月児が対象)…通知が届かない方や、転入転出のときは保健センターへ。 ※育児相談、難病相談もできます。

西区写真展のテーマが決定

9月5日から開催する西区写真展ではテーマを決めて作品を募集します。今回のテーマは「西区の四季折々の魅力」です。素敵写真を撮影し、応募してください。

応募方法など詳しくは、西区 **HP** (QRコード) 参照。

応募期間 6月5日~7月21日



問西区写真展実行委員会事務局(西区役所自治推進課内 ☎275-1902 FAX275-1915)



地域包括支援センター

西基幹型包括支援センター ☎275-0009 FAX275-0140



高齢者の介護や認知症について相談したいのですが…

介護が必要な方も、そうでない方も、お住まいの校区の地域包括支援センターへ気軽にご相談ください。



地域包括支援センターでは、保健師や看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門スタッフが連携し、高齢の方が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、介護や健康、福祉、

医療などさまざまな面から総合的に支援しています。高齢の方への虐待防止・早期発見、消費者被害の防止など高齢の方の権利を守る活動も行っています。

西区内地域包括支援センター (高齢の方の総合相談窓口です)

名称	所在地	担当区域(小学校区)	電話・FAX番号
西第1	西区浜寺石津町西5丁11-21 (結いの里内)	浜寺・浜寺東・浜寺石津・浜寺昭和	☎268-5056 FAX268-5066
西第2	西区草部531 (ウェルフォンテひのき内)	鳳・鳳南・福泉・福泉上・福泉東	☎271-0048 FAX284-8875
西第3	西区津久野町1丁5-8 アーバンフォーレスト103	津久野・向丘・平岡・家原寺・上野芝	☎260-5022 FAX260-5033



西図書館

西区鳳南町4丁444-1 ☎271-2032 FAX271-3002
休館日 5月1・8・15・22・29日
開館時間 火~金曜日=10~20時 土・日曜日、祝休日=10~18時

▶あつまれ! 絵本のお部屋♪

日時5月11日(木)11~11時20分

場所同館2階ほんのえき

対象2・3歳の子どものとその保護者 先着順。

▶赤ちゃんといっしょ&健康相談

手遊びや絵本の読み聞かせと看護師・保健師による赤ちゃんの健康相談をします。

日時5月17日(水)読み聞かせは10時25~50分、11~11時25分、健康相談は10時50分から

場所同館2階ほんのえき

対象0~2歳の子どものとその保護者
申込5月10日から直接か電話で同館へ。先着順。

▶まちの保健室

気軽に健康相談in図書館

看護師や保健師による健康チェックが受けられます。

日時5月17日(水)10時30分~12時

5月移動図書館

※交通事情により遅れることがあります

サンヴァリエ津久野集会所前	5・19日	10:00~11:00
浜寺三光会館	6・20日	10:00~11:30
浜寺元町5丁・旧地車庫前	2・16・30日	14:50~15:50
津久野小学校正面玄関前	18日、6月1日	15:00~16:15
浜寺公園駅前	10・24日	10:00~11:00
浜寺船尾会館内		13:30~14:30
石津太神社境内前		14:50~15:50

場所同館2階ラーニングスペース 先着順。

▶おはなし会

日時毎週土曜日15~15時30分

場所同館4階おはなし室

先着順。

▶ふるさと納税

「親子いっしょにえほんひろば」

図書館職員が子育てグループのイベントでふるさと納税の寄附金で購入した絵本の読み聞かせをします。

詳しくは、市 **HP** (QRコード) 参照。

▶5月のブックフェア

▷一般向け=読書で楽しむスポーツ

▷児童向け=むかし

むかし

▷健康情報コーナー

=健康について考

えよう

