

子育て支援課だより

☎343-5020 FAX343-5025

▶プレママ・パパ&フレッシュママ・パパサロン【写真】

「同世代ママとおしゃべり会」を開催します。お茶を飲みながらリフレッシュしませんか。同世代で集まって楽しくおしゃべりしましょう。

7月23日(月)、午前10時~11時30分、西区役所2階会議室で。35歳以上のプレママ(妊婦)・プレパパ、1歳6カ月までの



子どもがいる35歳以上のママ・パパが対象。無料。直接会場へ。

区役所子育てひろば ほほえみルーム

西区役所1階正面玄関横

未就学児とその保護者や妊婦が交流したり、おもちゃで遊んだりできる場です。気軽に遊びに来てください。子育て相談に応じるほか、地域の子育て支援情報も提供します。開設日時は月~金曜日

(祝休日を除く)、午前10時~正午、午後0時45分~4時。

▶おたのしみデー「食事と歯について」 歯科衛生士が食事や歯の大切さ、歯磨きの仕方、日常的に気を付けたいことなどを話します。

7月20日(金)、午前11時~正午、ほほえみルームで。未就学児とその保護者、妊婦が対象。無料。直接会場へ。

午前10時50分~11時10分、西図書館おはなし室で。どちらも同じ内容です。赤ちゃんとその保護者が対象。無料。直接会場へ。先着各30人。

▶科学工作教室「万華鏡を作ろう」 「ホログラム万華鏡」で虹を作ります。

7月28日(土)、午前10時30分~正午、鳳保健文化センター3階会議室で。小学3~6年生が対象。無料。

☎☎7月11日、午前10時から直接か電話で同館へ。先着24人。

▶さかい西 子ども司書養成講座 読書の楽しさを周りに伝える「子ども司書」を養成する講座です。7月25・27日、8月1・4・22日(全5回)、鳳保健文化センター3階会議室で。小学4~6年生で、全回参加できる人が対象。無料。

☎☎7月4日、午前10時から直接か電話で同館へ。先着8人。

▶7月のブックフェア ▶一般向け=「お祭りマニアになる!」 ▶児童向け=「あつい夏は読書ぞんまい」 ▶健康情報コーナー=「はじめよう、禁煙」

西図書館からのお知らせ

西区鳳南町4丁444-1 鳳保健文化センター4階 ☎271-2032 FAX271-3002

開館時間 火~金曜日=午前10時~午後8時 土・日曜日、祝日=午前10時~午後6時 休館日 7月2・9・23・30日

▶おはなし会 おはなしや絵本、紙芝居などを楽しむ子ども向けの催しです。7月7・14・21・28日、午後3~3時30分、西図書館おはなし室で。無料。直接会場へ。先着各30人。

▶あつまれ/絵本のお部屋 幼児向けの絵本の読み聞かせです。7月12日(木)、午前11~11時30分、西図書館おはなし室で。無料。直接会場へ。先着30人。

▶赤ちゃんといっしょ~親子のためのおはなし会~ 手遊びや絵本の読み聞かせを行います。7月18日(水)、午前10時30~50分、

西老人福祉センターの催し

☎275-0850 FAX275-0860

楽しく体を動かしながら脳を活性化させ、心と体を元気にする堺コッカラ体操をします。

7月11日、午前10~11時、7月28日、午後2~3時、西老人福祉センター(西区鳳南町6丁600)大広間で。市内在住の60歳以上の方が対象。無料。直接会場へ。動きやすい服装で、タオルを持参してください。先着各30人。

地域包括支援センターだより

介護保険Q&A

一人暮らしの親が熱中症や体調不良になったとき、すぐに緊急時の連絡先や本人の状況が分かる方法はないですか。



職員

社会福祉協議会西区事務所で配布している「安心連絡シート・カード」【右図参照】を活用してみたいかでしょうか。

緊急時の連絡先やかかりつけの医療機関、飲んでいる薬などを記載しておくことで、緊急時の速やかな状況確認に役立ちます。

屋内での緊急時に備えて「安心連絡シート」は冷蔵庫の扉などに貼り、外出時は「安心連絡カード」を財布に入れて携帯すると、事故に遭ったときに迅速な対応につながりやすくなります。また、普段から身近な人と交流し、見守り・見守られ上手になれるよう心掛けることが大切です。



相談者

Table with 4 columns: 名称, 所在地, 担当区域(小学校区), 電話・FAX番号. Lists three regional inclusion support centers.

☎☎西基幹型包括支援センター(☎275-0009 FAX275-0140)へ。

移動図書館 7月の西区巡回日程

Table with 2 columns: Date/Day, Time/Location. Lists the mobile library's schedule for July.

※交通事情により遅れることもあります。 ※西区以外の巡回日程などは中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)へお問い合わせください。 ※図書館ホームページ(http://www.city.sakai.lg.jp/kosodate/library/index.html)でもご覧いただけます。

西保健センターつうしん

西区鳳南町4丁444-1

☎271-2012 FAX273-3646

※駐車スペースが少ないため、公共交通機関をご利用ください。



1日運動教室「ラジオ体操教室」

最近運動不足の方、運動したいけれど何から始めたら良いのかわからない方、西保健センターの運動教室をきっかけにラジオ体操を始めませんか。

7月13日(金)、午後1時30分~3時、同センターで。無料。運動しやすい服装で。運動靴、タオル、飲み物を持参。 ☎☎7月3日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話・FAX番号を書いて、同センターへ。先着25人。

夏休み親子クッキング「料理にチャレンジ!」

夏休みにクッキングに挑戦しませんか。料理を自分で作ることで、「食べ物を選ぶ力」「料理ができる力」について親子一緒に学びます。調理実習は「おおとり食改」(食生活改善ボランティア)が担当します。

7月26・27日、8月3日のいずれか、午前10時~午後2時、西保健センターで。小学生とその保護者が対象。3歳以上の子どもの同伴可。無料。エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具を持参。

☎☎7月2~18日に電話かFAXで住所、氏名、年齢(子どもは学年)、電話・FAX番号、アレルギーの有無を書いて、同センターへ。先着各15組。

赤ちゃん広場

初めてお母さんになった方が集まり、自由に話ができる場です。広い部屋で赤ちゃんを寝かせて、ごごろの思いをお母さん同士で話してみませんか。自由交流のほか、親子遊びや体重測定なども行います。希望者には、助産師・保健師・栄養士などが個別相談に応じます。

毎月第1月曜日、午前10~11時30分、西保健センターで。第1子で、1カ月健診終了後~生後6カ月の赤ちゃんとその保護者が対象。無料。直接会場へ。

肺がん・結核検診

胸部エックス線撮影を行います。7月23日(月)、午前9~11時、西保健センターで。40歳以上の方が対象。無料。直接会場へ。たん検査(無料)の追加は7月13日までに予約が必要。詳しくは、がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。 肺がん・結核検診の受診は4月1日から来年3月31日の間で1回のみ受診可。

Large table with 4 columns: 事業名, 日程, 時間, 対象・内容. Lists various health services offered by the West Health Center.