

地域包括 支援センターだより

介護保険Q&A

子育て中ですが、親の介護もすることになりました。相談したいのですが、どこに相談したら良いでしょうか。



職員

お住まいの区の基幹型包括支援センターにご相談ください。子育てをしながら親の介護をしている方、孫の世話をしながら配偶者の介護をしている方など、子育て(18歳未満の子どもや孫)と介護の両方を同時期に行うことを「ダブルケア」といいます。同センターでは、ダブルケアに関する悩みの相談に対し、必要に応じて情報提供や助言、関係機関との連絡調整などを総合的に支援します。

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

| 西区内地域包括支援センター | | | |
|---------------|----------------------------|-------------------|-----------------------|
| 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丁目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丁目5-8(アーバンフォレスト103) | 津久野・向丘・平岡・家原寺・上野芝 | ☎260-5022 FAX260-5033 |

※地域包括支援センターは、高齢の方の総合相談窓口です。



西老人福祉センターの催し

☎275-0850 FAX275-0860

次の催しを開催します。いずれも西老人福祉センター(西区鳳東町6丁目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。先着各30人。

▷堺コッカラ体操=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

する体操です。8月8日、午前10~11時、8月25日、午後2~3時。動きやすい服装で、タオルを持参してください。

▷認知症サポーター養成講座=認知症の正しい知識や早期発見、認知症の方との接し方などについて、認知症キャラバン・メイトが説明します。講座修了者にはオレンジリングをお渡しします。8月29日(水)、午後2~3時30分。

明るい選挙啓発 ▶▶ ポスター作品を募集中 ▶▶

買収や供応などによるゆがんだ選挙を排除し、選挙が公正かつ適正に行われ、私たちの意思が政治に正しく反映される選挙を「明るい選挙」といいます。「明るくきれいな選挙」をテーマとしたポスター作品を募集しています。市内小・中・支援学校、高校に在学の児童・生徒が対象。

募集内容など詳しくは、市役所市政情報センター、区役所市政情報コーナーにある募集要項(市ホームページ/アドレは広報さかい1ページ参照)からダウンロード可)でご覧になれます。締め切りは9月7日(必着)。

☎選挙管理委員会事務局(☎228-7876 FAX228-7883)へ。

本ほどもだち 西図書館 からのお知らせ

西区鳳南町4丁目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 8月6・13・20・27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。

8月11・18・25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。

▶図書館わくわくパレード'18夏



昨年の西図書館まつり

西区で活動しているボランティア団体と西図書館まつりを開催します。イベント内容など、詳しくは同館へ。

8月4日(土)、午前10時20分~午後3時40分、鳳保健文化センターで。いずれも無料。直接会場へ。手話通訳あり。

▷オープニングセレモニー=午前10時

20~30分。

▷おもちゃをつくろう(幼児~小学生向け)=午前10時30分~11時30分、午後1~2時。

▷人形劇=午前10時30分~11時(幼児向け)。午後2時35分~3時20分(幼児~小学生向け)。

▷おはなし会=午前10時30分~11時、午後1~1時30分。先着各30人。

▷手話劇と手話歌(幼児~小学生向け)=午前11時40分~午後0時10分。先着45人。

▷絵本読み聞かせ会=午前11時40分~午後0時10分、午後2~2時30分。先着各30人。

▷手話おはなし会=午前11時5~35分。先着30人。

▷赤ちゃんおたのしみ会(0~2歳児向け)=午前11時10~30分。先着45人。

▷乳幼児人形劇(乳児~幼児向け)=午後1時30分~2時15分。先着45人。

▷子どもから子どもへの読み聞かせ=午後1時35~55分。先着30人。

▷絵本のひろば=午前10時30分~午後3時20分。

▶8月のブックフェア

▷一般向け=「平和への軌跡~平和と人権を守るために~」

▷児童向け=「夏休みにやってみよう!」

▷健康情報コーナー=「足のトラブル、ご用心!」

移動図書館 8月の西区巡回日程

| | | | | | |
|---------|-------------|--------------|---------|-------------|--------------|
| 3日(金) | 10:00~11:00 | サンヴァリエ久野集会所前 | 24日(金) | 10:00~11:00 | サンヴァリエ久野集会所前 |
| | 13:30~14:30 | 浜寺公園駅前 | 28日(火) | 13:30~14:30 | 浜寺公園駅前 |
| 7日(火) | 14:50~15:50 | 浜寺元町5丁・地車庫前 | | 14:50~15:50 | 浜寺元町5丁・地車庫前 |
| | 13:30~14:30 | 浜寺船尾会館内 | 8日(水) | 13:30~14:30 | 浜寺船尾会館内 |
| 8日(水) | 14:50~15:50 | 石津太神社境内前 | | 14:50~15:50 | 石津太神社境内前 |
| 11日(祝日) | 10:00~11:30 | 浜寺三光会館 | 9月1日(土) | 10:00~11:30 | 浜寺三光会館 |

※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丁目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。



| 健康相談 | 事業名 | | 日程 | 時間 | 対象・内容 |
|------|--------------------|---------------------|--------------------------------|--|---|
| | 対象 | 内容 | | | |
| 健康相談 | 離乳食講習会(予約制) 無料 | 4カ月児健診時でも予約可 | 8月1日 9月5日 | 10:30~11:30 | 5~6カ月の子どもと保護者対象。離乳食初期のお話と調理実演。 |
| | BCG予防接種 無料 | | 8月7日 8月28日 | 13:00~15:00 | 生後5カ月児に個別通知。生後11カ月以下の子どもが対象。受付時間は12:45~13:40 |
| | 赤ちゃん広場 無料 | (多胎児サークル) ミックスベジタブル | 8月6日 9月3日 | 10:00~11:30 | 第1子で、1カ月健診後~生後6カ月までの子どもと保護者の交流会。希望者には保健師や助産師などによる個別相談。 |
| 相談 | 成人の歯科相談(予約制) 無料 | | 8月6日 8月27日 | 13:30~15:30 | 歯科医師による検診と相談。歯科衛生士による歯みがき指導。成人・妊婦対象、親子で歯科相談可。 |
| | 子どもの歯相談室(予約制) 無料 | | 8月14日 8月22日 | 9:30~11:00 | 歯科医師による検診と相談。1歳6カ月~3歳11カ月の子どもにはフッ素塗布あり(1回限り)。 |
| | 食生活相談(予約制) 無料 | | 8月7日 9月4日 | 9:00~11:00 | 管理栄養士による生活習慣病予防など食生活についての相談。 |
| 教室 | 精神保健福祉相談(予約制) 無料 | | 8月2日 8月9日 8月21日 8月28日 | 10:00~12:00 14:00~16:00 14:00~16:00 14:00~16:00 | 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。 |
| | 一般健康相談(血液検査) | | 8月7日 9月4日 | 9:00~11:00 | エイズ相談・検査(無料)。診断書の発行はできません。梅毒・クラミジア(エイズ検査とセットの場合は無料)風しん抗体検査(対象者条件あり) |
| | 骨粗しょう症予防検診(予約制) 有料 | | 8月21日 | 9:00~10:15 受付 | 検診と結果説明。医師・管理栄養士・保健師による相談。 |

他にも次の健診・相談を行っていますので、詳しくはお問い合わせください。
※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)…個別通知します。転入転出のときは保健センターへご連絡ください。◆育児相談 ◆アレルギー・ぜん息予防教室 ◆難病に関する相談 ◆調理従事者などの検便(腸内病原菌)検査受付(有料)…月~金曜日(年末年始、祝日を除く)、9:00~11:00

オトナのためのお口の健康教室

歯と口の健康づくりについて実践的に学ぶ教室です。歯周病と全身との関連についての話や効果的な歯磨き実習、口の体操などを行います。教室を修了した方は、歯や口の健康づくりボランティアグループの「西8020メイト」に参加できます。日時と内容は表のとおり。西保健センターで、原則全回参加できる方が対象。無料。
☎☎電話かFAXで氏名、生年月日、電話番号を書いて、同センターへ。先着20人。

| 日程 | 開催時間 | 内容 |
|-------|----------------------------|--|
| 9月6日 | 9:30~11:30 | 歯科医師による講話「歯周病予防のおはなし」、歯科衛生士による講話「元気な歯や口を保つために」 |
| 9月13日 | 1日目に個別に案内(概ね13:30~16:00の間) | 歯科健診 個別での歯みがき実習 |
| 9月27日 | 13:30~15:00 | 言語聴覚士による講話「お口の機能を学びましょう」 |

食育パネル展

8月21~27日、西保健センター1階ヒューズホールで食育パネル展を行います。また、8月23日(木)、午前11時~午後4時、実物大のフードモデル【写真】を使って、食量や栄養バランスのチェックや、家庭のみそ汁の塩分測定を行います。無料。直接会場へ。塩分濃度の測定を希望される方は、みそ汁などの汁物50ml程度を容器に入れて持参してください。先着100人に食育グッズをプレゼントします。

肺がん・結核検診

胸部エックス線撮影を行います。8月21日(火)、午後1時30分~3時30分、津久野小学校で。40歳以上の方が対象。直接会場へ。たん検査の追加(無料)は8月1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・結核検診は4月1日から来年3月31日の間で1回のみ無料で受診可。