

金岡公園 体育館

〒254-6601 FAX251-0509

▶定期スポーツ教室

表のとおり開催します。詳しくは体育館ホームページ(http://sakai-esp.com/topics/kanooka.htm)でご覧になるか、直接同館へ。☎4月9日、午前9時から直接同館へ。

種目	曜日・時間	対象	費用(1期10回)	先着
ファミリースポーツ	火曜日 10:00~11:20	平成24年4月2日~26年4月1日生まれの幼児とその保護者	1組6,000円	40組
幼児体操	木曜日 15:50~16:50	平成22年4月2日~24年4月1日生まれの幼児	4,000円	50人
ジュニアスポーツ	水曜日 15:50~16:50	小学1~3年生	3,000円	60人
バドミントン	木曜日 10:00~11:30	高校生以上	一般6,000円(高校生に相当する年齢の方を含む)3,000円	50人
卓球	金曜日 10:10~11:40			54人

のびやか健康館 室内ジュニアサッカースクール無料体験レッスン

室内コートでのジュニアサッカースクールへ体験参加できます。日時、対象は表のとおり。いずれものびやか健康館(北区金岡町2760-1)で。動きやすい服装、靴底が奇麗な運動靴(スパイク禁止)、タオル、飲み物持参。ホールは無料で貸し出します。
☎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。

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

堺市社会福祉協議会 北区ボランティア相談コーナー

ボランティア相談員募集

堺市社会福祉協議会北区事務所では、ボランティアに関する相談の受け付けや調整を行うボランティア相談員を募集します。交通費程度を支給。研修あり。
次の要件を全て満たす方が対象。
▶今までに1年以上継続したボランティア活動の経験がある
▶18歳~おおよそ65歳

▶月~金曜日に半日単位で2回程度の活動と月1回の会議などに参加できる
☎電話か FAX、電子メールで住所、氏名、電話番号を書いて、5月6日までに同事務所(☎258-4700 FAX258-4770 kita@sakai-syakyou.net)へ。面接あり。選考者千名。

防犯コーナー

☎北堺警察署生活安全課(☎250-1234)へ。

春の地域安全運動

~みんなで力をあわせて 安全・安心まちづくり~

4月19~28日の間、「春の地域安全運動」を実施します。更なる犯罪被害防止に取り組む期間です。犯罪の被害を防ぐために、次のことに注意してください。

- ▷地域の輪 みんなで守ろう 子どもの未来
- ▷振り向いて!あなたの後ろに迫る影 ▷「レターパック、宅急便で現金送れ」は、すべて詐欺
- ▷声かけて みんなで防ごう 特殊詐欺
- ▷きいつけやー あなたのことでそのバッグ
- ▷カギ締めて 荷物残さず からっぽに
- みんなで力を合わせて、安全で安心なまち北区を実現しましょう。

防災コーナー

☎北消防署(☎250-0119 FAX 253-2016)へ。

消防協力事業所 リーダー研修会を開催

北消防署では、2月17日、区内で大規模災害が発生した場合に協力をいただく消防協力事業所(登録制)を対象に、リーダー研修会を開催しました。消防職員がスライドで消防協力事業所の重要性、地震の基礎知識、消火方法などを説明した後、身近にある物を利用した応急担架作成やロープの使い方、負傷者の搬送方法、応急処置などの実技【写真】を行いました。

当日は、24事業所31人が参加し熱心に受講しました。アンケート結果では、参加者全員から「消防協力事業所の重要性



が理解できた」との回答があり、有意義な研修になりました。

北老人福祉センターの 催し

4月健康教養講座 熱中症予防のための水分補給

熱中症の症状や対策予防として、水分を補給する大切さを学びます。

4月12日(火)、午後1時30分~3時、北老人福祉センター(北区常磐町1丁25-1)1階やなぎの間で。市内在住の60歳以上の方が対象。無料。
☎4月5日から直接か電話で同センター(☎255-6380 FAX252-2436)へ。先着50人。

北保健センター

北区役所4階 ☎258-6600 FAX258-6614
業務時間 9:00~12:00、12:45~17:30
(窓口での受け付けは17:15まで)

マタニティークラス 〈予約制〉無料 (3回1セット)	4月8日 13:00~16:00 4月15日 10:30~15:30 4月22日 13:00~16:00	1回目:妊娠中の生活・お産の進め方・呼吸法・妊婦体操 2回目:妊娠中の食事の話と調理・歯の話と歯科検診 3回目:赤ちゃんの育児・もく浴・先輩ママとの交流会
エンジェル交流広場 〈予約制〉無料 (1回のみ)	4月7日 13:30~15:30 4月22日	赤ちゃんとの楽しい過ごし方の話、親子のふれあい遊び、おしゃべり交流、赤ちゃんの体重測定、保健師などによる育児相談。1~3カ月ごろの赤ちゃんとその保護者が対象
BCG 予防接種 無料	4月7日 13:10~14:20 4月21日	5カ月児に個別通知 生後1歳に至るまでの子どもが対象
離乳食講習会 〈予約制〉無料	4月26日 ①10:00~ ②11:00~	管理栄養士による、離乳食の進め方についての話と調理実演。保護者の試食あり。5・6カ月児の保護者が対象
カミカミバク離乳食 〈予約制〉無料	4月21日 10:30~	9~11カ月児の離乳食の進め方の話と保護者の試食
子どもの歯相談室 〈予約制〉無料	4月20日 9:30~11:00 5月9日	歯科医師による相談と歯科衛生士による歯磨き指導 1歳6か月児健診でフッ素塗布を受けていない3歳以下の子どもに1回限りフッ素塗布
成人の歯科相談 〈予約制〉無料	4月19日 13:30~15:30 5月10日	歯科医師による歯科検診と相談。成人、妊婦が対象 親子で歯科相談可
一般健康相談 (血液・尿検査)	4月12日 9:00~11:00	〈無料〉エイズ相談、HIV抗体・梅毒(血液検査)・クラミジア(尿検査)のセット検査 肝炎ウイルス検査、風しん抗体検査 ※条件あり 〈有料〉血液検査など ※診断書の発行はできません *検査結果は翌週の水曜日以降に本人へ直接お渡しします
食生活相談〈予約制〉無料	4月12日 9:15~11:00	管理栄養士による生活習慣病予防などの相談
骨粗しょう症予防検診 〈予約制〉有料	5月12日 9:00~	18歳以上の方が対象。検診と結果説明 医師・管理栄養士・保健師による相談・指導
ロコモ撃退筋力アップ教室 無料	4月14日 10:30~11:30	理学療法士による運動指導・ストレッチなど 受付は当日午前10時から。先着80人(定員に達した時点で受付は終了させていただきます)
精神保健福祉相談 〈予約制〉無料	4月4・7・14・26・27日 14:00~16:00	精神障害、アルコール依存などで悩む方や家族の相談

生活保護・市民税非課税世帯などに属する方は事前に保健センターに申請をすれば、無料になる検診もあります(必ず印鑑を持参)。
表以外にも次の健(検)診、相談を行っています。
*4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診(3歳6か月児が対象)・個別通知。転入転出の場合は保健センターへ。
*育児相談 *難病相談 *調理従事者などの検便(腸内病原菌)検査・毎週月~金曜日(祝日を除く)、9:00~12:00
*胃がん検診、肺がん・結核検診の詳細な内容や日程などについては、保健センターまでお問い合わせください。
*予約・登録は保健センターへ。*予約制・登録制の事業は定員になり次第、締め切りますので、ご了承ください。

胃がん検診、肺がん・結核検診

次の検診を表の日程で行います。40歳以上の方が対象。

①胃がん検診(午前9時から)=費用500円。予約制。申し込みは4月1日から電話で北保健センターへ。表の日程以外に毎月1回同センターで実施しています(次回は5月11日)。

②肺がん・結核検診=無料。直接会場へ。受付時間は午後1時30分~3時30分。

③たん検査=②を受診する方で希望者のみ(条件あり)。費用400円。予約制。申し込みは4月1日から検査の10日前までに同センターへ。

なお、①③は、65歳以上の方は無料。64歳以下で、生活保護世帯、市民税非課税世帯などに属する方は事前に申請すれば無料。必ず印鑑を持参してください。

胃がん検診

実施日	実施場所
6月28日	東三国丘小学校
7月22日	金岡南校区地域会館
27日	西百舌鳥小学校
28日	中百舌鳥寿楽会館
29日	西百舌鳥小学校
8月19日	百舌鳥小学校
23日	光電寺小学校
24日	
26日	新金岡小学校
29日	
31日	北八下小学校

肺がん・結核検診日程表

実施日	実施場所
6月16日	東三国丘小学校
7月11日	金岡南校区地域会館
15日	中百舌鳥寿楽会館
21日	西百舌鳥小学校
8月4日	百舌鳥小学校
8日	新金岡小学校
18日	光電寺小学校
22日	北八下小学校