

障害のある方が通う福祉サービス(事業所)を紹介

障害者(児)生活支援センターなどで構成される美原区障害者自立支援協議会が、障害のある方の創作活動や生産活動の機会を提供する事業所を紹介し、また、事業所の取り組み紹介や授産製品(織物・陶芸・クッキーなど)の展示・販売も行いますので、皆さん気軽にお立ち寄りください。

11月16日(水)、午前10時～午後3時、美原区役所本館1階「風の広場」で。無料。直接会場へ。

☎美原区役所地域福祉課(☎363-9316 FAX362-0767)へ。



美原地域子育て支援センター

美原地域子育て支援センター(美原区役所別館1階)では次の講座を開催します。

▶公園ひろば

秋空の下、絵本の読み聞かせや手遊び、親子で一緒に触れ合い遊びをして過ごしませんか。子育て相談も行っています。いずれも午前10時30分～11時。無料。直接会場へ。雨天中止。

- ▷11月9日(水)=ふるさと公園
- ▷11月11日(金)=南余部西公園
- ▷11月30日(水)=つばき公園

☎美原きた保育所(☎362-4136)か美原ひかし保育所(☎362-7225)、同センター(☎363-4151 FAX363-4161)へ。



▶「子ども館であそぼう!!」

校区の子ども館へ出かけ、親子の触れ合い遊びや簡単なおもちゃ作りをします。

11月25日(金)、午前10時15分～11時30分、子ども館いわき(黒山・西校区)(美原区大井674)で。就学前の子どもとその保護者が対象。無料。直接会場へ。

☎同センター(☎363-4151 FAX363-4161)へ。

行政書士による無料相談会

遺言、相続、内容証明や各種契約書の作成、帰化申請、建設・産廃業や宅建業などの営業許可申請、会社設立などについてご相談ください。電話相談はできません。

11月19日(土)、午後1時30分～4時(受付は3時30分まで)、北区役所3階会議室で。

予約可。予約は大阪府行政書士会堺支部(☎234-3999 FAX234-3245)へ。

☎同支部か市民人権総務課(☎228-7579 FAX228-0371)へ。

赤十字健康生活支援講習

高齢期を健やかに過ごすための講習を実施します。美原区在住で、全ての日程に参加できる方が対象。主な内容は次のとおり▷健康増進▷介護予防▷高齢者に起こりやすい事故の予防・手当▷自立に向けた介護。

来年1月11日～2月15日の水曜日、午後1時30分～3時30分まで(初日と最終日は午後4時30分まで)、美原区役所

で。無料。

☎復讐はがきに住所、氏名(ふりがな)、層間に連絡のとれる電話番号、「健康生活支援講習受講希望」を書いて、11月30日(必着)までに、日赤堺市美原区地区事務局(〒587-8585 美原区黒山167-1 美原区役所自治推進課内 ☎363-9312 FAX361-1817)へ。抽選35人。



美原老人福祉センター便り健康教養講座

美原老人福祉センター(美原区黒山782-10)では、高齢の方の健康や教養の向上のための講習を行っています。市内在住の60歳以上の方が対象。今月の講座は「学ぼう!応急手当」。

11月7日(月)、午後1時30分～2時30

分、同センター大集会室で。無料。

本講座を受講しても、普通救命講習を受講したことにはなりません。

☎受け付け中。直接か電話で11月5日までに同センター(☎362-3939 FAX362-1798)へ。先着50人。

美原保健センターだより

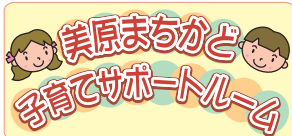
美原区黒山782-11 ☎362-8681 FAX362-8676

事業予定		
予防接種	B・C・G予防接種 (生後3か月の子どもに個別通知)	11/15、12/20 13:15～14:15
	3種混合予防接種 (生後3か月～7歳6カ月未満の子どもが対象)	無料 11/28、12/19 13:15～14:15
母子事業	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)	11/2、12/7 10:30～11:30
	ハッピーエンジェル (生後4カ月未満の子どもの親の自由交流の場)	11/15、12/20 14:00～15:30
成人事業	子どもの歯相談室 (歯科検診・フッ素塗布(1歳6カ月(1歳6カ月児健診時も含む)～4歳未満の間で1回))	11/1・8、12/6・13 13:30～15:00
	食生活相談 (栄養士による相談)	無料(要予約) 11/24、12/22 13:30～15:30
	成人の歯科相談 (歯科検診と相談・妊婦可)	11/15、12/20 13:30～15:30
	ことばの集い(失語症リハビリ教室) (交流の中でことばのリハビリを行います。事前登録要)	11/16、12/21 9:30～11:00
	精神保健福祉相談 (予約制。無料) (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)	11/4・16・24 12/2・14・22 14:00～16:00
	B・C型肝炎検査 (要予約)	11/24、12/22 13:30～15:30
	一般健康相談・H・I・V検査 (H・I・V検査以外の検査は有料)	無料

＜下記の健診・相談も行っています＞
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～金曜日の9:00～11:00 難病に関する相談(随時)

検診を受けましょう

胃がん検診(集団)	11/10・24、12/9、1/16 (予約制・費用500円(免除規定あり))	・各健(検)診の対象年齢や年間の日程などは、5月号の折り込み「平成23年度美原保健センター事業案内」をご覧ください。 ・集団検診は受け付け中です。 ・個別検診は直接医療機関へ申し込んでください。 (検診会場) 集団検診 美原保健センター 個別検診 市内協力医療機関
乳がん検診(集団・個別)	12/13、1/24 (予約制・費用 視触診400円、マンモグラフィ500円(免除規定あり))	
子宮がん検診(集団・個別)	11/25、1/27 (予約制・費用500円(免除規定あり))	
骨粗しょう症予防検診	11/25、1/27 (予約制・費用1,120円(免除規定あり))	
肺がん・結核検診(集団)	11/22 (胸部レントゲン・無料) (たんの検査・費用400円(免除規定あり))	



開設日時 月～金曜日(祝日は休館)、午前10時～午後4時(午後0時15分～1時を除く)

美原まちかど子育てサポートルーム(美原区役所別館1階)は親子が気軽に集える場所として、たくさんの方に利用

いただいています。

▶11月のイベント=「乳がん予防のお話とアロマでリラックス」

知っておきたい乳がんの予防に関する話の後、アロマで心と体をほぐします。

11月9日(水)、午前11時～正午、午後1時30分～2時30分、同ルームで。無料。直接会場へ。

☎同ルーム(☎・FAX362-3331)か子ども育成課(☎228-7612 FAX228-8341)へ。

カミカミ・パクパク 離乳食

離乳の進め方についての話と離乳食の試食、赤ちゃん交流会などを行います。

おおむね9～11カ月の赤ちゃんとその保護者が対象。

11月30日(水)、午前10時30分～11時30分、同センターで。無料。

☎11月2日から電話かFAXで同センターへ。

バランスクッキング教室

みはらヘルスメイト(堺市健康づくり食生活改善推進協議会美原支部)の主催で、バランスクッキング教室を開催します。今回は、生活習慣病を予防する食事を作ります。男性の方もぜひ参加してください。

11月28日(月)、午前10時～午後2時30分、同センター2階栄養指導室で。参加費500円。エプロン、三角巾(バンダナなども可)、筆記用具を持参してください。

☎11月2～17日に電話かFAXで同センターへ。先着30人。

ポリオ予防接種

生後3～89カ月の子どもを対象に実施します。

受け付けは午後1時30分～3時20分、同センターで。無料。直接会場へ。

対象校区は次のとおりです。

▷11月11日(金)=美原北・さつき野

お口の機能アップ講座

おいしく食べて、いろいろな方と元気に話し、大きな声で笑うということは、日々の生活に潤い、生きがいをもたらします。最近、お茶や汁物でむせたり、口のほがきが気になったりしていませんか。この講座では、言語聴覚士による話や、

口の機能を向上させる体操やゲームなどを行います。ぜひ、ご参加ください。おおむね65歳以上の方が対象。

11月25日(金)、午後2～3時30分、筆記用具を持参してください。

☎11月2日から電話かFAXで同センターへ。先着20人。

3・8・0のつく日は、歩こうデー

健康推進委員と一緒に歩いて「歩こうデー」をサポートします。

ウォーキングに興味のある方は、気軽にご参加ください。

11月8・18・28日、いずれも午前9時

30分から1時間程度。無料。動きやすい服装で、飲み物、タオルなどを持参のうえ、直接同センターへ。雨天中止。

