

美原まちかど 子育てサポートルーム

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
(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して
いただいています。

▶12月のイベント「まちかどアート広
場～簡単オブジェを作ろう～」

いろいろな素材を使って、親子で製作
あそびを楽しみましょう。クリスマスの
飾りにもできます。

12月5日(月)、午前10時30分～11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。



美原老人福祉センター便り 今月の健康教養講座

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
のための講座を行っています。今月の講
座は「便秘と下痢のメカニズム」。市内在
住の60歳以上の方が対象。堺やカルト販
売の栄養士を講師に、忘年会などで胃腸
の調子を崩したときに効果的なマッサー

ジ方法などを分かりやすく指導します。
12月6日(火)、午前10時30分～11時30
分、同センター大集会室で。無料。

☎受け付け。12月5日までに、
直接か電話で同センター(☎362-3939
FAX362-1798)へ。先着30人。

美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎ 362-8681 FAX 362-8676

事業予定		
予防接種	BCG予防接種 (生後3カ月の子どもに個別通知)	12/20、1/17 13:15～14:15
	3種混合予防接種 (生後3カ月～7歳6カ月未満の子どもが対象)	無料 12/19、1/23 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)	12/7、1/11 10:30～11:30
	ハッピーエンジェル (生後4カ月未満の子 どもとその親の自由交流の場)	12/20、1/17 14:00～15:30
	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カ月健診時も含む) ～4歳未満の間で1回))	12/6・13、1/10・24 13:30～15:00
成人事業	食生活相談 (栄養士による相談)	無料(要予約) 12/22、1/26 13:30～15:30
	成人の歯科相談 (歯科検診と相談・妊婦も可)	12/20、1/17 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)	12/21、1/18 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)	12/2・14・22 1/6・18・26 14:00～16:00
	B・C型肝炎検査 (要予約)	12/22、1/26 13:30～15:30
一般健康相談・HIV検査 (HIV検査以外の検査は有料)	無料	

下記の健診・相談も行っていきます
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) (予約制・費用500円(免除規定あり))	12/9、1/16、2/8・29	・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) (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))	12/13、1/24	
子宮がん検診(集団・個別) (予約制・費用500円(免除規定あり))	1/27、3/23	
骨粗しょう症予防検診 (予約制・費用1,120円(免除規定あり))	1/27、3/23	
肺がん・結核検診(集団) 今年度の美原区内実施は終了 (胸部レントゲン・無料) (たんの検査・費用400円(免除規定あり))		

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。

▶子育て講座「こんな時どうした
らいい～子どもとのつきあい方～」

子どものほめ方・しかり方につい
てのお話です。講師は小仲久子さん。就
学前の子どもとその保護者、子育てに
関心のある方が対象。

12月13日(火)、午前10時15分～11時
30分、美原子育て支援活動ひろば(美
原区役所別館1階)で。無料。

☎12月1日から直接か電話で同
センター(☎363-4151 FAX363-4161)

へ。先着25組。

▶「子ども館で遊ぼう」

校区の子ども館へ出かけ、親子で遊
べる触れ合い遊びや簡単なおもちゃ作
りをします。就学前の子どもとその保
護者が対象。

12月9日(金)、午前10時15分～11時
30分、子ども館やかみ(美原区大塚160
-1)で。無料。直接会場へ。

☎同センター(☎363-4151 FAX
363-4161)へ。



おいでよ

ハッピーエンジェル

同センターでは、4カ月未満の子
どもとその保護者が、楽しく自由に交流
できる場を設けています【写真】。

助産師による赤ちゃん体操や産後のス
トレッチ方法も紹介するなど、楽しんで
いただける内容となっています。

毎月第3火曜日(今日は20日)、午後2
～3時30分、同センターで。無料。

助産師さんと民生委員さんも
相談ののってくれたよ。



お友達ができて
良かったよ。

☎12月2日から直接か電話で同
センターへ。先着15組。

おいしい調理講習会 おいしくしっかり食べて元気になろう

「介護予防は食事から」をテーマに、調
理実習(たらの甘酢あん、れんこん汁な
ど)を通じて、バランスのとれた食生活
の大切さを学びます。65歳以上の方が対
象。無料。

1月12日(木)、午前10時～午後1時、
同センターで。

☎12月2日から電話かFAXで同
センターへ。先着20人。

失語症の相談

脳血管障害や事故の後に次のような症
状はありませんか?

▶言いたいことが頭に浮かんでいるが
言えない▶コミュニケーションに時間が
かかる▶話の中に「それ」「あれ」などの代
名詞が多い▶聴いて理解するのに時間が

かかる▶文字を読んでも理解がしにくい
▶分かっているのに文字が書き出せない
▶右半身のまひや、しびれがある▶ろれ
つが回りにくい▶飲み込みがうまくいか
ず、むせることが多い

このような症状のある方は同センター
へご相談ください。家庭でできる言葉
のリハビリや教室などを紹介します。

エイズは今!

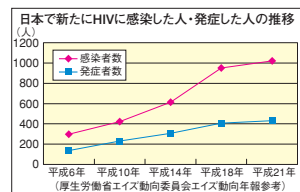
若年層に HIV 感染者が
急増!

12月1日は、世界エイズデーです。
HIV(エイズウイルス)感染は、誰に
でも起こりうることで、他人事ではあり
ません。

日本では HIV 感染者・エイズ患者と
ともに増加が続いています【右図参照】。感
染の有無は、血液検査でしか分かりませ
ん。検査を受けましょう。

検査は、匿名で受けることができます。

同センターでは、毎月第4木曜日、午
後1時30分～3時30分に血液検査を実施
しています。予約不要。無料。直接同セ
ンターへ。



成人歯科検診を受けましょう

堺市では40歳、45
歳、50歳、55歳、60
歳、65歳、70歳の方を対象に、「成人歯
科検診を受けましょう」と掲示した市内
歯科医療機関で実施しています。費用

500円。生活保護世帯・市民税非課税世
帯などに属する方は、事前に同センタ
ーへ申請すれば無料。

対象年齢の方は、口のトラブルが起こ
る前に成人歯科検診を受診しましょう。

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。無料。

12月8・13・20日、いずれも午前9時

30分から1時間程
度。動きやすい服
装で、飲み物、タ
オル等を持参のう
え、直接同センタ
ーへ。雨天中止。

