

## 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、次の催しを行います。

- ▶子育てひろば参加者募集  
同じメンバーの親子が、一緒に遊びながら子育ての交流をします。子育てに悩んでいる方、友達がほしい方は来てみませんか。いずれも子育て支援活動ひろば(美原区役所別館1階)で。無料。コースは次の通り。  
▷びよびよひろば=6月26日、7月3・10・17・24日、午後2~3時30分、6ヵ月~1歳の子どもの保護者が対象。  
▷わひのびひろば=6月26日、7月3・10・17・24日、午前10時15分~11時45分、1~2歳の子どもの保護者が対象。  
▷わくわくひろば=6月29日、7月6・13・20・27日、午前10時15分~11

- 時45分。2歳~就学前の子どもの保護者が対象。  
▷園いづれも直接か電話、FAXで5月7~31日、午前9時~午後5時に同センター(☎363 4151 ㊟363 4161)へ。各コース先着15組。全回参加できる方が対象。  
▶公園ひろば  
絵本の読み聞かせや手遊び、親子で一緒にふれあい遊びや体操をして過ごしませんか。子育て相談も行っています。午前10時30分~11時。無料。直接会場へ。雨天中止。  
▷5月9日(水)=美原ふるさと公園  
▷5月23日(水)=さつき野つばき公園  
▷5月25日(金)=南余部西公園  
▷園いづれも直接か電話、FAXで5月7~31日、午前9時~午後5時に同センター(☎363 4151 ㊟363 4161)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。今月は「健康」をテーマに3回に分けて学びます。市内在住の60歳以上の方が対象。無料。1日のみの受講も可。  
▷園いづれも直接か電話で同センター(☎362 3939 ㊟362 1798)へ。先着各30人。  
▶「高齢社会における口腔ケア」  
5月2日(水)、午後1時30分~3時、

同センター講座室で。講師は豆野歯科医院・豆野陽一さん。

- ▶「骨折しないための食事とは」・「生活習慣病について」  
5月16日(水) 午後1時30分~3時、同センター講座室で。講師は特別養護老人ホーム美原荘の管理栄養士・田中照子さんと、看護師・山崎由美子さん。  
▶「元気に過ごすために」  
5月22日(火) 午前10時30分~11時30分、同センター大会室で。講師はPL病院リハビリテーション科の理学療法士。動きやすい服装で、フェイスタオルを持参してください。



## 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)	5/15、6/19 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 5/28、6/25 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カ月児健診時にも予約可)	5/2、6/6 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)	5/15、6/19 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カ月児健診時も含む>~4歳未満の間で1回)	5/1・18、6/5・15 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 5/24、6/28 13:30~15:30
	成人の歯科相談(歯科検診と相談・妊婦も可)	5/15、6/19 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)	5/16、6/20 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)	5/16・24 6/1・20・28 14:00~16:00
	B・C型肝炎検査(要予約)	
	一般健康相談・HIV検査 (HIV検査以外の検査は有料) <診断書の発行はありません>	無料 5/24、6/28 13:30~15:30
(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)		
・美原保健センター	.....	6/18、7/9、8/6・29
・美原体育館	.....	5/11
・さつき野コミュニティセンター	.....	6/8、7/31
・北余部区民会館	.....	6/26
・こども館やかみ	.....	7/20
(予約制・費用500円(免除規定あり))		
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))		6/12、7/24
子宮がん検診(集団・個別)		
(予約制・費用500円(免除規定あり))		5/18、7/13
骨粗しょう症予防検診		
(予約制・費用1,120円(免除規定あり))		5/25、7/13
肺がん・結核検診(集団)		
(胸部レントゲン・無料) (たんの検査・費用400円(免除規定あり))		5/21、6/15、7/12
集団検診は受付中です 個別検診は直接医療機関へ申し込んでください。		

## 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(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

していただいています。  
▶5月のイベント「アートで楽しい時間を」  
段ボールで子どものお城を作って、サポートルームの中を素敵な町にしましょう。  
5月30日(水) 午前11時~正午、同ルームで。無料。直接会場へ。  
▷園いづれも直接か電話、FAXで同センターへ。先着25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。

広報さかい11ページに関連記事あり。  
対象校区は次のとおりです。  
▷5月14日(月)=美原北・さつき野

## 新健康さかい121

### 20~50代のための 食育体験教室

野菜を使って簡単にできる調理実習(豚肉とトマトの炒め物、キャベツとわかめの和え物、みぞれ汁、デザート)をとおり、栄養の知識や栄養バランスのとれた食生活の大切さを学びます。概ね20~50代の方が対象。無料。

6月1日(金) 午前10時~午後1時、同センターで。  
▷園いづれも直接か電話、FAXで同センターへ。先着25人。



## 子どもの受動喫煙



受動喫煙とは、たばこを吸わない人が知らず知らずたばこの煙を吸われることをいいます。  
受動喫煙の機会が多いと、次のような危険が高まります。

- ▶心身の成長に悪い影響を及ぼす。
- ▶乳幼児突然死症候群(SIDS)の原因となる。

▶ぜんそくをはじめとする呼吸器疾患、中耳炎などの原因になる。  
▶むし歯が増える。  
▶成人後、肺がんにかかりやすくなる。

また、親に喫煙習慣がある場合、子どもも喫煙する可能性が高いことが明らかになっています。

お父さんやお母さんが気持ちよさそうにたばこを吸っているのを見ると、子どもはたばこの好奇心が強くなり、10代で喫煙する率が高くなります。

また、家庭内で別の部屋や換気扇の下でたばこを吸っても、子どもの尿からニコチンの代謝産物が検出されたとの研究報告があります。

この機会に禁煙に挑戦してみませんか。

## みはら 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。  
5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。

