

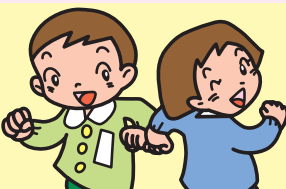
### 美原地域子育て支援センター

美原地域子育て支援センター(美原区役所別館1階)では、次の講座を行います。

#### ▶「こども館で遊ぼう」

校区のこども館へ出かけ、親子の触れ合い遊びや簡単なおもちゃ作りをします。未就学児とその保護者が対象。

1月22日(火)、午前10時15分～11時30分、さつき野コミュニティセンター(美原区さつき野東1丁目6-10)で。無料。直接会場へ。



■「子育て講座～ベビードダンス～」  
赤ちゃんを抱っこして、リズムに合わせてダンスを楽しみませんか。4カ月(首が据わっていること)～2歳の子どもの保護者が対象。抱っこひも・スリング(立て抱っこできるもの)・体温計・飲み物を持参し、活動しやすい服装で参加してください。

1月29日(火)、午前10時15分～11時30分、子育て支援活動ひろば(美原区役所別館1階)で。無料。  
講師は日本ベビードダンス協会認定インストラクター・西上智恵さん。

■「子育て講座～ベビードダンス～」  
赤ちゃんを抱っこして、リズムに合わせてダンスを楽しみませんか。4カ月(首が据わっていること)～2歳の子どもの保護者が対象。抱っこひも・スリング(立て抱っこできるもの)・体温計・飲み物を持参し、活動しやすい服装で参加してください。

1月7日から直接か電話で午前9時～午後5時に同センター(☎363-4151 FAX363-4161)へ。先着30組。



### 美原区認知症家族交流会

認知症の方を介護している家族が、互いに悩みを相談し、情報交換できる場として認知症家族交流会を開催します。「認知症のケア～薬編」をテーマにミニ講座を行います。同じ介護者同士だから分かる思いを一緒に話し合ってみませんか。

1月25日(金)、午後1時30分～3時(受付午後1時から)、美原区役所3階301会議室で。

■「認知症のケア～薬編」をテーマにミニ講座を行います。同じ介護者同士だから分かる思いを一緒に話し合ってみませんか。

#### 認知症ひろば

認知症になっても安心して暮らせるまちをめざして、認知症の方の介護や認知症予防についてのパネル展示、相談会などを行う「認知症ひろば」を開催します。「高齢者～笑顔～」をテーマに、地域の皆さんから寄せられた一行詩を展示します。認知症に関心のある方や困っていること、悩んでいることがある方は、この機会に活用ください。

#### ▶パネル展示

1月21～25日(25日は午後1時まで)。どなたでも気軽にご参加ください。

#### ▶相談会

1月25日(金)、午前9時30分～午後1時、美原区役所1階「風の広場」で。無料。直接会場へ。

■「認知症のケア～薬編」をテーマにミニ講座を行います。同じ介護者同士だから分かる思いを一緒に話し合ってみませんか。



### 美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎ 362-8681 FAX 362-8676

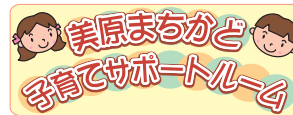
事業予定		
予防接種	BCG予防接種 (3カ月の子どもに個別通知)	1/15、2/19 13:15～14:15
	3種混合予防接種 (3カ月～7歳6カ月未満の子どもが対象)	無料 1/21、2/25 13:15～14:15
母子事業	離乳食講習会 (5～6カ月の子どもの保護者が対象。4カ月児健診時にも予約可)	1/9、2/6 10:30～11:30
	ハッピーエンジェル (4カ月未満の子どもとその親の自由交流の場)	1/15、2/19 14:00～15:30
	子どもの歯相談室 (歯科検診・フッ素塗布(1歳6カ月(1歳6カ月児健診時も含む)～4歳未満の間で1回))	1/18・22、2/5・15 13:30～15:00
	食生活相談 (栄養士による相談)	1/24、2/28 13:30～15:30
成人事業	成人の歯科相談 (歯科検診と相談・妊婦可)	1/15、2/19 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)	1/16、2/20 9:30～11:00
	精神保健福祉相談 (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)	1/4・16・24 2/1・20・28 14:00～16:00
	B・C型肝炎検査	無料 1/24、2/28 13:30～15:30
	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 1/24、2/28 13:30～15:30

(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(有料)

胃がん検診(集団)	予約制・費用500円(免除規定あり)	1/22、2/13、3/15
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)	1/29、2/12、3/12
子宮がん検診(集団・個別)	予約制・費用500円(免除規定あり)	1/25、3/22
骨粗しょう症予防検診	予約制・費用1,120円(免除規定あり)	1/25、3/22
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)	平成24年度の実施は終了しました

集団検診は受け付け中で、検診会場は美原保健センターです。個別検診は直接医療機関へ申し込んでください。検診対象者など詳しくは、同センターへお問い合わせいただくか、平成24年度各種検(健)診事業案内(広報5月号と同時配布)をご覧ください。



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。

#### ▶1月のイベント「冬のおたのしみ劇場」

人形劇団「シャボン玉」による赤ちゃんから楽しめる人形劇です。



1月29日(火)、午後2～3時、同ルームで。無料。直接会場へ。

■「認知症のケア～薬編」をテーマにミニ講座を行います。同じ介護者同士だから分かる思いを一緒に話し合ってみませんか。

### 「8020健口講座」～いい歯はみ歯から～



口の健康は体の健康にも影響します

いつまでも楽しくおしゃべりし、おいしく食事をするために、皆さんに合った口の手入れ方法や、口の筋力アップなどの方法を学び、健康をめざす講座です。講座終了後は、地域に8020(ハチマルニイマル)の輪を広げる活動を行っている「8020メイト」という歯の健康リーダーの仲間に参加できます。

口から始まる健康の輪と一緒に広げませんか。

2月7・21日、午後1時30分～3時30分、同センターで。両日とも参加できる方が対象。日ごろお使いの歯ブラシ・筆記用具を持参してください。

■「認知症のケア～薬編」をテーマにミニ講座を行います。同じ介護者同士だから分かる思いを一緒に話し合ってみませんか。

### まもろう健康 受けよう検(健)診

～定期的(誕生日など)に検診を受けましょう～

日本人の死因の第1位は、昭和56年からがん(悪性新生物)であり、生涯で約2人に1人ががんにかかるかと推計されています。

自分の健康状態を知り、生活習慣を改善するために、健康診断・がん検診を受けましょう。

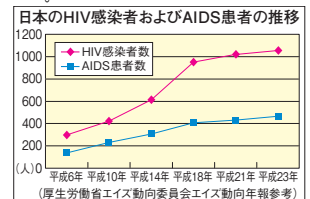
■「認知症のケア～薬編」をテーマにミニ講座を行います。同じ介護者同士だから分かる思いを一緒に話し合ってみませんか。

### エイズは今

若年層に感染者が急増

HIV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。日本では感染者・患者ともに増加し続けています【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。同センターでは、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。検査は、匿名で受けることができます。予約不要。無料。直接同センターへ。



### 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。

1月8・28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、タオルなどを持参のうえ、直接同センターへ。雨天中止。

