

障害福祉サービス事業所の 利用相談 & 授産製品の展示販売

障害のある方を対象に創作活動や生産活動の機会を提供する事業所など、障害福祉サービスの利用相談会を実施します。

また、各事業所で作られた授産製品(織物・陶芸・クッキー【写真】・パンなど)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。

2月20日(水)、午前10時～午後2時、美原区役所本館1階「風の広場」で。直接会場へ。

☎ ☎ 美原区障害者基幹相談支援セン



ター(☎361-1883 FAX361-4444)か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、次の講座を行います。

▶子育て講座「こんなときどうしたらいいの?」

子どもの急な発熱やけがで慌てたことはありませんか。よくある症状やけがについて、家庭でどう対処したらいいのかなどをお話します。就学前の子どもとその保護者が対象。講師は大阪

小児科医会(小児救急部会)医師・福井聖子さん。

2月12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。費用100円(テキスト代)。

☎ ☎ 2月1日から直接か電話で同センター(☎363-4151 FAX363-4161)へ。先着20組。



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)	2/19、3/19 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)	2/25、3/25 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)	2/6、3/6 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)	2/19、3/19 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))	2/5・15、3/5・15 13:30～15:00
	食生活相談 (栄養士による相談)	2/28、3/28 13:30～15:30
	成人の歯科相談 (歯科検診と相談・妊婦可)	2/19、3/19 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)	2/20、3/13 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)	2/1・20・28 3/1・28 14:00～16:00
	B・C型肝炎検査	
	一般健康相談・H1V検査 (H1V検査以外の検査は有料) <診断書の発行はありません>	2/28、3/28 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)	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)	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)	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)	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。		

美原老人福祉センター便り

美原老人福祉センター(美原区黒山782-10)では、高齢者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「狙われる消費者」。悪質で巧妙な訪問販売や電話勧誘などで被害に遭わないために、消費生活センターの

講師が、予備知識と対処法を教えます。市内在住の60歳以上の方が対象。

2月20日(水)、午後1時30分～2時30分、美原老人福祉センター講座室で。無料。

☎ ☎ 受け付け中。直接か電話で2月19日までに美原老人福祉センター(☎362-3939 FAX362-1798)へ。先着30人。



のびやか健康館

ボールで運動

無料教室

直径25cmの柔らかいボールを使って、体のバランス(筋力・柔軟性)を鍛えます。ボールを両手で挟んで筋力強化、筋肉を伸ばしてストレッチ、ボールに乗ってバランス強化などを行います。

2月21日(木)、午後2～3時、同館

(北区金岡町2760-1)で。16歳以上が対象。無料。動きやすい服装で、飲み物、タオルを持参してください。

☎ ☎ 2月2日から直接か電話で同館(☎246-5051 FAX246-5041)へ。水曜日は休館。先着20人。



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。

▶2月のイベント「子育て、一人で悩まないで～ばあばの子育て奮闘記～」元黒山小学校校長・富田久子さんの体験談を聞き、子育てについて一緒に考えましょう。

2月13日(水)、午後2時30分～3時30分。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。

骨粗しょう症予防検診

骨粗しょう症は、骨が弱くなり折れやすくなる病気です。骨粗しょう症も生活習慣病と同様に、初期には自覚症状があ

りません。自分の骨の状態を知り、適切な生活習慣を心がけるためにもぜひ検診を受けましょう。

検診の日程や費用などについては、左表の検診一覧をご覧ください。



妊娠から出産、育児について一緒に楽しく学べる教室を開催します。

これから出産・育児を迎える仲間をつくりませんか。お父さんも大歓迎ですので、ぜひ一緒に参加してください。無料。

①「呼吸法・リラクゼーションの実習」=2月15日(金)、午後1時30分～3時30分。

②「楽しくみんなでクッキング」[歯科検診・ブラッシング実習]=3月1日(金)、午前10時30分～午後3時。

③「氷(もく)浴実習・子育てのお話」=3月8日(金)、午後1時30分～3時30分。

④「先輩ママとの交流会など」=3月11日(月)、午前10～11時30分。



沐浴実習の様子

動きやすい服装で、母子健康手帳、エプロン(②のみ)、三角巾、手拭きタオルを持参してください。

☎ ☎ 受け付け中。電話か FAX で同センターへ。

新健康さかい21

メタボリックシンドロームが気になる方のための

食育体験教室

病気のリスクを高める肥満を改善するためには、食生活の見直しが必要です。豚肉とトマトの炒め物、春菊としめじの和え物などの調理実習をとおり、栄養の知識や栄養バランスを考えた食事づくりについて楽しみながら学びます。

2月26日(火)、午前10時～午後1時、同センターで。おおむね40～64歳の方が

対象。無料。

☎ ☎ 2月4日から電話か FAX で同センターへ。先着25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、気軽に参加してください。無料。

2月8・18・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。

