

## 美原地域子育て支援センター

**■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、友達を見つけたい方参加してみませんか。

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。コースは次のとおり。

▷びよびよひろば=6月21・28日、7月5・12・19日、午後2~3時30分、6カ月~1歳の子どもとその保護者が対象。  
▷のびのびひろば=6月21・28日、7月5・12・19日、午前10時15分~11時45分、1~2歳の子どもとその保護者が対象。  
▷わくわくひろば=6月17・24日、7月1・8・23日、午前10時15分~11時45分、2歳~就学前の子どもとその保護者が対象。

☎☎5月7日から直接か電話で同

センター(☎363-4151 FAX362-0767)へ。先着各20組。同コース2回目の受講はご遠慮ください。

**■公園ひろば**  
絵本の読み聞かせや手遊び、ふれあい遊びや体操をして過ごしませんか。子育て相談にも応じます。美原きた保育所・美原ひがし保育所が主催。

いずれも午前10時30分~11時。無料。直接会場へ。雨天中止。

▷5月15日(水)=美原ふるさと公園  
▷5月22日(水)=さつき野つばき公園  
▷5月24日(金)=南余部西公園

☎☎美原きた保育所(☎362-4136 FAX362-4161)、美原ひがし保育所(☎362-7225 FAX362-7281)、美原地域子育て支援センター(☎363-4151 FAX362-0767)へ。



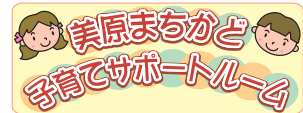
## 美原老人福祉センター便り 今月の健康教養講座

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「身の回りの危険物」。身の回りには

たくさんの危険物があり、使い次第では怪我や事故につながります。美原消防署職員が実験も取り入れながら分かりやすくお話をします。市内在住の60歳以上の方が対象。

5月28日(火)、午前10時30分~正午。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5月27日までに、同センター(☎362-3939 FAX362-1798)へ。先着30人



**開設日時** 月~金曜日(祝休日は休館)、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「親子で体を動かそう」アクティブ・ママを講師に招き、親子でエクササイズをします。遊びながら体を動かします。

5月22日(水)、午前11~11時45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。

## 美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎ 362-8681 FAX 362-8676

### 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・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。



### ~プレ赤ちゃん広場~ ハッピーエンジェル

同じくらいの月齢の子どもをもつ保護者の方が、楽しく交流できる場【写真】です。また、助産師と一緒に赤ちゃん体操や骨盤体操ができます。体重測定や育児相談(助産師・保健師)もできます。2カ月~4カ月未満の子どもと保護者が対象。対象となる間は何度でも参加できます。日程、場所、時間は毎月の美原保健センターだよりをご覧ください。母子健

康手帳・フェイスタオル・おむつなどを持参ください。

☎☎受け付け中。電話かFAXで同センターへ。



事業予定		
予防接種	BCG予防接種 (生後1歳未満の子どもが対象)	5/21、6/18 13:30~14:30
	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 4月より個別接種となります。直接医療機関へ申し込んでください。
母子事業	離乳食講習会 (生後5~6カ月の子どもと保護者が対象。4カ月健診時にも予約可)	5/1、6/5 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)	5/14、6/11 13:15~15:30
	子どもの歯相談室 (歯科検診・フッ素塗布(1歳6カ月~4歳未満の間で1回))	5/7・17、6/4・21 13:30~15:00
成人事業	食生活相談 (栄養士による相談)	5/23、6/27 13:30~15:30
	成人の歯科相談 (歯科検診と相談・妊婦も可)	5/14、6/11 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。要事前登録)	5/15、6/19 9:30~11:00
	精神保健福祉相談 (こころの病氣・アルコール問題などで悩む方や家族の相談)	5/10・15・23 6/7・19・27 14:00~16:00
	B・C型肝炎検査	無料 5/23、6/27 13:30~15:30
(下記の健診・相談もを行っています)		
4か月児健診、1歳6か月児健診、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/無料)		

### 検診を受けましょう

胃がん検診(集団) ・美原保健センター ..... 5/10、6/12、7/1、8/5・28 ・美原体育館 ..... 9/10 ・さつき野コミュニティセンター ..... 6/6、7/23 ・北余部区民会館 ..... 6/25 ・こども館やかみ ..... 5/24	予約制・費用500円
乳がん検診 (集団・個別)	5/14、6/3、7/31 予約制・費用・視触診400円、マンモグラフィ500円
子宮がん検診 (集団・個別)	5/17、7/12 予約制・費用500円
骨粗しょう症予防検診	5/24、7/12 予約制・費用1,120円
肺がん・結核検診 (集団)	5/20、6/14、7/11 胸部レントゲン・無料 たんの検査・費用400円

集団検診は受け付け中です。各検診の費用については、免除規定があります。個別検診は直接医療機関へ申し込んでください。

### ママパパ教室

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。お父さんの参加も大歓迎

ですので、ぜひ一緒にご参加ください。

①呼吸法・リラクゼーションの実習=6月7日(金)

②楽しくみんなでクッキング

③沐浴(もく)浴実習【写真】・子育てのお話=7月19日(金)

④先輩ママとの交流会など=7月22日(月)

①③は午後1時30分~3時30分、②は午前10時30分~午後3時、④は午前10時~11時30分

母子健康手帳、2回目はエプロン、三角巾、手拭きタオルを持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください。

☎☎受け付け中。電話かFAXで同センターへ。

## 新健康さかい21 50~60代のための食育体験教室

野菜を使った簡単にできる調理実習(大豆ごはん・ヘルシーハンバーグ・キャロットサラダ、デザートなど)をと

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。おおむね50~60代の方が対象。無料。

5月30日(木)、午前10時~午後1時、同センターで。

☎☎5月2日から電話かFAXで同センターへ。先着25人。



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されることをいいます。

受動喫煙により、次のような危険が高まります。

▷心身の成長に影響を及ぼす

▷赤ちゃんの突然死、ぜんそく、呼吸器疾患、中耳炎などの原因になる

▷むし歯が増える

▷肺がんにかかりやすくなる

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。お母さんやお父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、子どもはたばこへの好奇心が強くなり、10代で喫煙する率が高くなります。

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。

喫煙が子どもに与える影響を考え、禁煙に挑戦してみませんか。

☎☎同センターへ。