

## 障害福祉サービスの 利用相談会 & 授産製品の展示・販売

障害のある方を対象に障害福祉サービスの利用相談会を開催します。また、各事業所で作られた授産製品(織物・陶芸・クッキー・パンなど)の展示・販売も行いますので、気軽にお立ち寄りください。

10月16日(水)、午前10時～午後2時、

美原区役所本館1階「風の広場」で。無料。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

☎☎363-4151 FAX362-0767

### 公園ひろば

絵本の読み聞かせ、手遊び、ふれあい遊びや体操をして、親子で一緒に過ごしませんか。子育て相談にも応じます。いずれも午前10時30分～11時。無料。直接会場へ。雨天中止。

- ▷南余部西公園＝10月4日(金)
- ▷美原ふるさと公園＝10月9日(水)
- ▷さつき野つばき公園＝10月23日(水)

☎☎同センターへ。

## 美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎362-8681 FAX362-8676

事業予定		
予防接種	B・C・G予防接種 (生後5～11カ月の子どもが対象)	10/15、11/19 13:30～14:30
	3種混合予防接種 (生後3カ月～7歳5カ月の子どもが対象)	無料 4月から個別接種となりました。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カ月の子どもの保護者が対象。4か月児健診時にも予約可)	10/2、11/6 10:30～11:30
	ハッピーエンジェル (生後2～3カ月くらいの子どもとその保護者の自由交流の場)	受付・育児相談 13:15～14:00 赤ちゃん体操・骨盤体操・交流会 ・育児相談 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～3歳11カ月の間で1回))	10/8、11/12 ※14:00からの参加可
	ママババ(教室(妊婦教室)) 10月コース(全4回) ①妊娠経過・呼吸法実習 ②調理実習・歯科検診 ③もろ浴実習 ④先輩ママとの交流会	10/1・18、11/5・15 13:30～15:00
成人事業	食生活相談 (栄養士による相談)	10/24、11/28 13:30～15:30
	成人の歯科相談 (歯科検診と相談。妊婦も可)	10/8、11/12 13:30～15:30
	ことばの集い(失語症リハビリ教室) (交流の中で言葉のリハビリを行います。要事前登録)	10/16、11/20 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)	10/4・16・24 11/1・20・28 14:00～16:00
	B・C型肝炎検査	無料 10/24、11/28 13:30～15:30
	一般健康相談・H1V検査※ ※H1V検査と梅毒・クラミジア検査をセットで受ける場合は無料(梅毒・クラミジアの単独検査は有料)。 <診断書の発行はありません>	無料 10/24、11/28 13:30～15:30

(下記の健診・相談も行っています)  
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	10/11・25、11/1・25	予約制・費用500円
乳がん検診 (集団・個別)	10/21、11/12・30※ ※土曜日の実施です	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)	11/15、1/24	予約制・費用500円
骨粗しょう症予防検診	11/29、1/24	予約制・費用1,120円
肺がん・結核検診 (集団)	10/16、11/26	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。

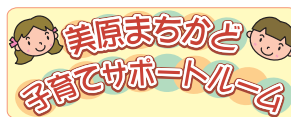
## 小学校就学前の健康診断

来年小学校に入学する子どもの健康診断を表のとおり行います。10月下旬までに郵送で通知しますので、指定日に、指定された小学校で受診してください。通知が届かないときは、校区の小学校へ連絡してください。

なお、就学通知書については来年1月号でお知らせします。

☎☎保健給食課(☎228-7489 FAX228-7256)へ。

学校名	健診日	健診開始時刻
平尾	10月30日(水)	14:00
黒山	11月6日(水)	14:00
美原西	11月6日(水)	14:00
美原北	11月7日(木)	13:45
八上	11月8日(金)	14:15
さつき野	11月15日(金)	14:00



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

いただいています。

▶10月のイベント「ハロウィーンの歌とトリック オア トリート」  
絵本で欧米の文化に親しみ、歌や遊びでハロウィーンごっこをします。

10月30日(水)、午前11時～正午。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。

## お口を使った遊びをしましょう

「かまない」「よだれが多い」など、子どもの口のことで気になることはありませんか。

口を使った遊びやふれあい遊びなどでたくさん声を出すことで、話すのに必要な肺活量を増やします。風車や笛などの吹く遊びは、唇を閉じたり息を強く出したり長く出した

りすることで、話すことや飲み込みにも効果があります。

また、にらめっこなど口のストレッチができる遊びは、唇や舌の動きが滑らかになり、食べこぼしやよだれの防止にもつながります。

お子さんと一緒に口を使った遊びをしてみましょう。



2～3カ月くらいの子どもを持つ保護者の方が楽しく交流できる場です。助産師と一緒に赤ちゃん体操や骨盤体操ができます。また、体重測定や育児相談(助産師・保健師)もできます。2～3カ月くら

いの子どもとその保護者が対象。

第2火曜日(2月のみ第3火曜日)、美原保健センターで。①午後1時15分～2時＝受付・育児相談。②午後2～3時＝赤ちゃん体操・骨盤体操・交流会。③午後3～3時30分＝育児相談。①③に成人の歯科検診を併設。②のみの参加も可。無料。

母子健康手帳、フェイスタオル、おむつなどを持参してください。

☎☎受け付け中。電話か FAX で子どもの氏名、生年月日、住所、電話番号を書いて、同センターへ。

## mmp 美原マザーズピンクリボンの会

乳がんは16人に1人がかかるといわれており、死亡率は年々増えています。しかし、早期発見すれば治る可能性の高い病気でもあります。定期的な検診や自己チェックを行い、早期発見に努めましょう。同会は、乳がんの早期発見の啓発や乳

がん体験者の交流会などを行っている自主グループです。10月26日のすこやかフェスタ2013(1ページの記事参照)で、医師による講演と併せて同会の講演会を行います。

## 新健康さかい21 食育体験教室

野菜を使った簡単にできる調理実習(豚肉とトマトの炒め物・小松菜とチーズの和え物・きのこの卵スープ・小松菜のロールケーキ)をととして、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。20～64歳の方が対象。

10月30日(水)、午前10時～午後1時、美原保健センターで。無料。

☎☎10月2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、気軽にご参加ください。無料。

10月10・18・23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。

