

美原老人福祉センター便り
今日の健康教養講座

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「狙われる消費者」。消費生活センターの職員が、悪質で巧みな訪問販売や電話勧誘など悪質商法の被害に遭わないための、予備知識と対処法を教

えます。
 4月28日(火)、午前10時30分~11時30分、同センターで。市内在住の60歳以上の方が対象。無料。
 申込受け付け中。直接か電話で4月27日までに、同センター(☎362-3939 FAX362-1798)へ。先着50人。



美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎ 362-8681 FAX 362-8676

ひらめき脳トレプラス教室

認知症予防を目的に、有酸素運動やゲーム、口腔(くう)ケアやお口の体操、元気を保つための食事の話などをします。楽しく家庭でも取り組みやすい内容です。

5月20・27日、6月3・10・17・24日、7月1・8・15・22・29日、8月5日、午前9時30分~11時30分。65歳以上の介護認定を受けていない方が対象。無料。
 申込 4月13日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を書いて、同センターへ。先着20人。

事業予定

予防接種	BCG予防接種 (生後5~11カ月の子どもが対象)	無料	4/21、5/19 13:30~14:30
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か月健診時にも予約可)		4/1、5/13 10:30~11:30
	ハッピーエンジェル(2~3カ月くらいの子ども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	4/14、5/12 ※14:00からの参加可
成人事業	マタニティ講座 ①分娩のお話、安産エクササイズ、赤ちゃんを迎える準備 ②クッキング、歯科検診・ブラッシング実習 ③沐浴実習、赤ちゃんのお世話体験 ※いずれかの1回のみの参加も可	無料(要予約)	①5/15 13:30~15:30 ②6/26 10:30~15:00 ③7/17 13:30~15:30
	子どもの歯相談室(歯科検診・フッ素塗布・歯科相談) ※フッ素塗布は1歳6カ月~3歳11カ月の間で1回		4/7、5/19 13:30~15:00
	食生活相談(栄養士による相談)		4/23、5/28 13:30~15:30
	成人の歯科相談(歯科検診と相談。妊婦も可)		4/14、5/12 13:30~15:30
	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)		4/3・15・23、5/1・20・28 14:00~16:00
B・C型肝炎検査	一般健康相談・HIV検査※ ※HIV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	4/23、5/28 13:30~15:30
	風しん抗体検査(免除規定があります)		
(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~金の9:00~11:00 難病、失語症に関する相談(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	5/1・12、6/10、7/8・27	予約制・費用500円
	こども館やかみ	6/5	
	さつき野コミュニティセンター	6/12、7/13	
	北余部区民会館	6/22	
	美原体育館	9/8	
乳がん検診(集団)		5/26、6/7・29	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)		5/15、7/10	予約制・費用500円
骨粗しょう症予防検診		5/29、7/24	予約制・費用1,120円
肺がん・結核検診(集団 13:30~15:30)		5/22、6/19	胸部レントゲン・無料 たんの検査・費用400円
上記検診は4/6から受け付けます。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。			

みはら歴史博物館の催し

休館日 4月6・13・20・27日
 開館時間 午前9時30分~午後5時15分(入館は午前4時30分まで)
 入館料 一般200円、中学生以下、65歳以上、障害のある方は無料。
 申込 みはら歴史博物館(美原区黒山281 ☎362-2736 FAX362-2260)へ。
 ■ヒストリックカーを展示



本市ヒストリックカー・コレクションから、BMW デキシー【写真】とBMW W1600-2 Cabの2台を展示します。4月5日まで、午前9時30分~午後5時、南側入口シャッター前で。無料。
 4月4日(土)、午前10時~正午、午後1~3時、車に試乗して記念撮影ができます。また、ホールでは、ベタルカー(BMW社製)乗車体験(小学3年生以下

が対象)と塗り絵コーナーもあります。無料。
 雨天の場合、展示と試乗が中止になる場合があります。
 ■キッズ・ギャラリー展「わくわくミニチュアカラード」
 5月10日まで。ロビーギャラリーで。無料。

のびやか健康館 室内テニス初心者 無料体験レッスン

初心者がテニスを室内で楽しめます。いずれも同館(北区金岡町2760-1)で。
 4月20日(月)、①午後1時45分~2時45分、②午後3時30分~4時15分。4月21日(火)、③午前10時45分~11時45分、④午後3時30分~4時15分。4月23日(木)、⑤午後0時15分~1時15分。
 ①③⑤は16歳以上の方、②④は5歳児~小学1年生が対象。動きやすい服装

で、テニスシューズ(運動靴可)、タオル、飲み物を持参してください。ラケットとボールは無料で貸し出します。
 申込 4月3日、午前10時30分から直接か電話で同館(☎246-5051 FAX 246-5041)へ。先着①③⑤各8人、②④各6人。



子育て支援課 (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では、次の講座を開催します。
 ※4月から子育て支援課のFAX番号が341-0611に変わります。
 ■子育てひろば参加者募集
 同じ年齢の子どもをお持ちの方同士で、子育ての話をし一緒に遊びませんか。
 いずれも午前10時15分~11時45分、子育て支援活動ひろば(美原区役所別館1階)で。全回参加できる方が対象。無料。コースは次のとおり。
 ▷びびびひろば(6カ月~1歳の子どもの保護者が対象) = 5月22日、6月5・19日、7月3・17日。
 ▷のびのびひろば(1~2歳の子どもの保護者が対象) = 5月19日、6月2・16・30日、7月14日。
 ▷わくわくひろば(2歳以上の未就学児とその保護者が対象) = 5月18日、6月1・15・29日、7月13日。
 申込 直接か電話、FAXで氏名、電話番号、子どもの氏名・生年月日、校区を書いて、4月7~30日に同セン

ターへ。先着各20組。
 ■プレママ集まれ
 赤ちゃん向けの簡単なおもちゃを作ったり、おしゃべりしたりしながら友達を作りませんか。
 4月20日(月)、午前10~11時30分、子育て支援活動ひろば(美原区役所別館1階)で。妊娠中の方が対象(未就学児の同伴可)。無料。直接会場へ。

みはらっこ わくわくルーム

開設日時 月~金曜日(祝日は休館)、午前10時~午後4時(正午~午後0時45分を除く)
 同ルーム(美原区役所別館1階)は未就学児とその保護者が気軽に集える場所として、たくさんの方が利用しています。
 ※4月1~12日、環境整備と設備点検のため閉館します。
 ■4月のイベント「みんなであそぼう」
 親子のふれあい遊びや簡単なおもちゃ作りをします。子育て支援課の事業も紹介します。
 4月28日(火)、午前10時30分~11時30分、同ルームで。無料。直接会場へ。

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

に参加ください。
 4月の日程は表のとおり(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、直接集合場所へ。雨天中止。



日程	集合時間	集合場所
4月3日(金)	午前10時	さつき野コミュニティセンター前
4月13日(月)・28日(火)	午前9時30分	美原保健センター