

太成学院大学で 市民公開授業「堺学(堺の文化と歴史)」

堺の文化や歴史、まちづくりの姿を学ぶ「堺学」を開催します。講師は太成学院大学客員教授・中井正弘さん。
9月17日～来年1月7日の木曜日、午前10時40分～午後0時10分、太成学院大学(美原区平尾1060-1)で。全15回。費用7,500円。

申し込み方法など詳しくは、同大学学生サービス課(☎362-7123 FAX362-0598)へ。同大学ホームページ(<http://www.tgu.ac.jp>)でもご覧いただけます。

歯科保健講演会

「なぜかかりつけ歯科医がいると長生きか」をテーマに、「歯や口の健康」と「長生き」の関係やかかりつけ歯科医の必要性について話します。講師は首都大学東京名誉教授・星旦二さん【写真】。

8月20日(木)、午後2～4時、みはら歴史博物館(美原区黒山281)で。手話通訳あり。無料。直接会場へ。先着200人。
☎健康医療推進課(☎222-9936 FAX228-7943)へ。



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 (生後5～11カ月の子どもが対象)	無料	8/18、9/15 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カ月健診時にも予約可)		8/5、9/2 10:30～11:30
	ハッピーエンジェル(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	8/18、9/8 ※14:00からの参加可
	マタニティ講座 ①分娩のお話、産産エクササイズ、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回のみ参加も可	無料(要予約)	①9/18 13:30～15:30 ②10/23 10:30～15:00 ③11/20 13:30～15:30
成人事業	子どもの歯科相談室(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		8/4、9/1 13:30～15:00
	食生活相談(栄養士による相談)		8/27、9/24 13:30～15:30
	成人の歯科相談(歯科検診と相談。妊婦も可)		8/18、9/8 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)		8/7・19・27、9/4・16・24 14:00～16:00
	B型・C型肝炎検査	無料	8/27、9/24 13:30～15:30
	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)		8/27、9/24 13:30～15:30
風しん抗体検査(費用は免除される場合があります)			
(下記の健診・相談も行っていきます) 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(*1) (予約:美原保健センターまで)			
胃がん検診 予約制/500円	会場:美原保健センター 会場:美原体育館	午前	8/3・21、9/14・29、10/14・23 9/8
乳がん検診 予約制/視触診400円・マンモグラフィ500円	会場:美原保健センター(*2)	午前 午後	8/20、9/10
子宮がん検診 予約制/500円	会場:美原保健センター(*2)	午後	9/11、11/13
肺がん・結核検診 胸部レントゲンのみ場合は予約不要/無料(午後1時30分から3時30分に直接お越しください) がんの検査については予約制/400円	会場:美原保健センター	午後	8/28、10/16
骨粗しょう症予防検診 予約制/1,120円	会場:美原保健センター	午後	9/25、11/27
(*1)各検診の費用については免除される場合がありますので、お問い合わせください。 (*2)医療機関での検診を希望の場合は、直接医療機関へお問い合わせ・お申し込みください。			

子育て支援課(美原地域子育て支援センター)

☎363-4151 FAX 341-0611

美原地域子育て支援センターでは、次の催しを行います。いずれも無料。直接会場へ。

■プレママあつまれ!
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つくりませんか。
8月3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)。



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、多くの方が利用しています。

■8月のイベント
▷絵本のひろば=いつものひろばが、絵本のひろばになります。8月3～5日、同ルームで。なお、5日、午前11～11時45分は、絵本のひろばからお気に入りの絵本を見つけて、読み合いっこを楽しみます。



みほろっこわくわくルーム

開設日時 月～金曜日(祝休日は休館)、午前10時～午後4時(正午～午後

▷親子でふれあい遊び=身近なものを使って、親子と一緒に感触あそびを楽しみましょう。8月26日(水)、午前11～11時45分、同ルームで。

デンタルヘルス教室

全身の健康は、まず口腔の健康から

気がないうちに進み、成人の歯を失う原因の約半数を占める歯周病。歯周病予防を中心に、歯科医師・歯科衛生士の話や歯磨き実習など、口腔の健康について学びます【写真】。歯科検診も行います。

教室修了後は、口腔の健康の大切さを地域の皆さんに伝える「美原8020メイト」として、学習会や活動に参加できます。
9月3・10・17日、午後1時30分～3

時30分、同センターで。無料。市内在住の20歳以上で、3日間とも参加できる方が対象。筆記用具、普段使用している歯ブラシを持参してください。

☎8月3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15人。



血圧が気になる方は

塩分&食事チェックを

家庭のみそ汁の簡単な塩分測定を行います。実物大のフードモデル【写真】を使って、食事量や栄養バランスのチェックもできます。
8月18日(火)、午



前10時～午後1時、美原区役所本館1階風の広場で。無料。直接会場へ。家庭のみそ汁(具なし、50ml程度)を持参してください。

■食育・子育て情報のパネル展示
8月11～18日、同広場で。無料。直接会場へ。

塩分測定器の貸し出しを開始

夏休みに汁物や飲み物の塩分について調べませんか。夏休みの自由研究や、日常の塩分チェックに利用できます。
塩分測定器【写真】の貸し出しは8月3日～9月30日、同センターで。小学生以上(小・中学生は保護者のサインが必要)が対象。貸出期間は2週間。無料。貸し出し時に塩分記録用紙を渡します。

☎8月3日から電話かFAXで住所、氏名、電話・FAX番号、年齢、測定器貸し出し希望日時を書いて、同センターへ。先着順。



夏休み親子クッキング

栄養の話やゲーム、調理をとおして、親子で食べることの大切さ、作ることの楽しさを体験します。メニューは豚まんや中華風スープ、デザートなど。
8月20日(木)、午前10時～午後2時、同センターで。小学生とその保護者(兄弟姉妹も参加可)が対象。無料。エプロン、三角巾、筆記用具を持参してください。

☎電話かFAXで参加者全員の住所、氏名、電話番号、年齢(子どもは学年も)を書いて、8月3～13日に同センターへ。先着15組。



初心者のための健康太極拳講座

健康づくりのための太極拳を学ぶ教室です。自身の健康状態を知るための身体計測や健康チェックも行います。
9月7日、午前9時30分～11時30分、9月14・28、10月5・19・26日、11月2・9日、午前10～11時30分、同センターで。無料。本講座への参加が初めてで、

全回参加でき、教室終了後もグループで太極拳を続けられる方が対象。飲み物、タオル、上靴を持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。
☎8月3日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号を書いて、同センターへ。先着25人。