

11月15日(水) ド・レ・美原 月マルシェ

障害者作業所の皆さんが作ったパンや菓子、レタス、陶芸品、さをり織りのストール【写真】、雑貨などを販売しています。
第3水曜日、午前10時～午後2時、美原区役所本館1階風の広場で。

☎美原区障害者基幹相談支援センター
(☎361-1883
FAX361-4444)へ。



美原保健センターだより

美原区黒山782-11 ☎362-8681 FAX 362-8676

健診受けて心も体も健康に

検診・相談など	日時
BCG 予防接種 (5～11カ月の子どもの対象) 個別通知/無料	11月21日(火) 13:30～14:30
離乳食講習会 (5～6カ月の子どもの保護者が対象) 予約制/無料	11月1日(水) 10:30～11:30
ハッピーエンジェル (1～3カ月の子どもと保護者の自由交流の場) 予約制/無料 受付: 育児相談13:15～14:00 赤ちゃん体操、骨盤体操、交流会など14:00～15:30	11月10日(金) 開催場所は区役所別館 14:00からの参加可
マタニティ講座(妊婦とそのパートナーが対象) 予約制/無料 もくろみ、赤ちゃんのお世話体験 子育て広場見学、先輩ママと赤ちゃんとの交流会 分娩のお話、産後ケアサイズ、赤ちゃんを迎える準備 クッキング、歯科検診・ブラッシング実習	いずれかのみも参加可 11月17日(金)13:30～15:00 12月18日(月)10:00～11:30 1月22日(月)13:30～15:30 2月23日(金)10:30～15:00
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カ月に1回 予約制/無料	11月7日(火)13:30～15:00
食生活相談(栄養士による相談) 予約制/無料	11月30日(木)13:30～15:30
成人の歯科相談(歯科検診と相談。妊婦も可) 予約制/無料	11月21日(火)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) 予約制/無料	11月15日(水)、22日(水)14:00～16:00
B型・C型肝炎検査 無料	
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。	11月30日(木)13:30～15:30
風しん抗体検査。有料(妊娠を希望する女性やその同居者は無料になる場合がありますので、お問い合わせください。)	
骨粗しょう症予防検診 対象: 市内在住で18歳以上の方 予約制/640円(費用が免除される場合がありますので、お問い合わせください。)	11月24日(金)の午後
3・8・0のつく日は「歩こうデー」 無料 どなたでも参加できます。 約1時間、健康づくり推進委員と舟渡池公園などを歩きます。	11月10日(金)、13日(月)、20日(月) 9:30美原保健センター集合 雨天中止
下記の健診・相談も行っています。いずれも美原保健センターで。予約は美原保健センターへ。 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、失語症に関する相談(随時/無料)	

市内の医療機関でがん検診を受けられます

検診	対象・費用	会場	日時
胃がん検診	対象: 市内在住で50歳以上の偶数年齢の方 希望者は大腸がん検診も同時に受診できます。 予約制/胃がん検診500円(大腸がん検診300円) がん検診総合相談センターでも受け付けます。	美原保健センター	11月8日(水)・28日(火)の午前
乳がん検診	対象: 市内在住で40歳以上の偶数年齢の女性 予約制/900円(視触診+マンモグラフィ)	美原保健センター	11月26日(日) 午前か午後の受診を選択できます。
子宮がん検診	対象: 市内在住で20歳以上の偶数年齢の女性 予約制/500円	美原保健センター	11月10日(金)の午後

みんなで楽しもう チューブ体操大会

チューブ体操は、ゴムチューブの伸縮性を負荷に利用した筋力トレーニングで、初心者も参加できます。ゴムチューブの貸し出しあり。
12月7日(木)、午前10～11時30分、美原体育館(美原区多治井878-1)で。無料。動きやすい服装で、上靴、下靴を入

れる袋、ゴムチューブ(お持ちの方)、タオル、飲み物などを持参。
☎11月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を、同センターへ。地域のグループに所属している方はグループで申し込んでください。先着20人。

カミカミ・バクバク離乳食

離乳の進め方についての話と離乳食の試食などを行います。おおむね7～11カ月の子どもとその保護者が対象。無料。
11月22日(水)、午前10時30分～11時30分、同センターで。

☎受け付け中。電話かFAXで11月17日までに住所、電話番号、子どもの氏名・生年月日を同センターへ。先着50組。

バスでおでかけしませんか～農芸高校～ バス停:近鉄バス「余部」、南海バス「農芸高校前」

かわいい動物たちがいる農芸高校(美原区北余部595-1)へのコースを紹介いたします。
同校では学校教育の一環として動物を飼育しています。敷地内にある百年の丘でアルパカや羊、ポニーなどを日時を定めて一般公開しています。雨天中止。

詳しくは同校ホームページ(<http://osaka-nougei.ed.jp/>)でご覧になれます。
また、駐車場はありませんので、お出掛けにはバスをご利用ください。
☎区公共交通課(☎228-7549 FAX228-8468)へ。

区内からのコース例

- 南海バス 53・61・特53・特61系統
●平尾～農芸高校前 運賃(片道)大人200円、小人100円
(往路)平尾(初芝駅前) 約8分 → 農芸高校前 約14分 → 農芸高校
(帰路)農芸高校 → 農芸高校前(平尾方面) 約8分 → 平尾
- 近鉄バス 12・13系統
●真福寺～余部 運賃(片道)大人250円、小人130円
(往路)真福寺(余部行) 約11分 → 余部 約6分 → 農芸高校
(帰路)農芸高校 → 余部(河内松原駅前) 約11分 → 真福寺



アルパカ

農芸高校 農芸祭

農芸高校(美原区北余部595-1)では、同校の活動内容や特色を地域の皆さんに知ってもらうことを目的に、農芸祭を開催します【写真】。
学習内容の実績・展示、実習生産物の販売、体験コーナーなど生徒による企画を用意し、皆さんの来校をお待ちしています。
11月12日(日)、午前9時30分～午後3時(9時30分の開門は東門のみ)、同校

で。入場無料。直接会場へ。
なお、車での来校やペットの持ち込み(キャリーケース含む)、校内での喫煙はご遠慮ください。
☎同校(☎361-0581 FAX361-0684)か美原区役所企画総務課(☎363-9311 FAX362-7532)へ。



子育てにここにご通信

☎美原区役所子育て支援課 ☎363-4151 FAX 341-0611

親子で楽しめる催しを行っています。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。直接会場へ。
■プレママあつまれ!!
アルバムを手作りしながら、みんなでしゃべります。出産や子育てについて一緒に話しましょう。
11月13日(月)、午前10～11時30分。妊娠中の方(未就園児の同伴可)が対象。
■赤ちゃんあつまれ!!
ねんねの赤ちゃんでも安心して過ごせます。育児相談や親同士の交流、保育士によるふれあい遊びなどを行います。時間内出入り自由。
11月24日(金)、午後1時30分～3時30分。0歳の子どもの保護者が対象。

みはらっこわくわくルーム
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)
みはらっこわくわくルーム(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、多くの方が利用しています。
11月の催しは次のとおり。いずれも同ルームで。無料。直接会場へ。
■11月の講座「家族で子育て～パパは絵本基地～」
パパと一緒にふれあい遊びを楽しみましょう。絵本の読み合わせもします。
11月29日(水)、午前11～11時40分。
■11月のイベント「親子でわらべうた」
心地よいリズムでゆったりと童歌と手遊びを楽しみましょう。
11月8日(水)、午後2～2時30分。

新規メンバー募集 自主グループ コスモス

区民の皆さんで自主的に健康づくり活動をしている「コスモス」では、一緒に活動する方を募集しています。同グループはストレス解消を目的に舟渡池周辺のウォーキングとラジオ体操をしています。
活動日は月・金曜日、午前9時30分～11時。午前9時30分に美原保健センターに集合。
☎同センターへ。



コスモスのメンバー