

### 認知症ひろば「一行詩」大募集

来年1月18～25日、美原区役所で行う認知症ひろばで展示する一行詩(字数や季語などにとらわれない自由な形式のメッセージ)を募集しています。  
 テーマは「高齢者～仲間づくり～」。  
 応募作品はひろばで展示し、優秀作品と作者名を発表します。受賞者には来年2

月に賞状を渡します。  
 ㊟直接か郵送、FAXで住所、氏名、電話番号、年齢、作品(1人1点。用紙は問わない)を11月16日(消印有効)までに美原基幹型包括支援センター(〒587-8585 美原区黒山167-1 ☎361-1950 FAX361-1960)へ。

### 美原老人福祉センター便り

☎ 美原区黒山782-10  
 ☎362-3939 FAX 362-1798

利用には利用証(市内在住の60歳以上の方に発行)の提示が必要です。

#### 10月の講座

PL病院から講師を招き、「寝たきり

にならないために」をテーマに講演します。ロコモティブシンドロームを予防するための軽い運動を行いますので、動きやすい服装で参加してください。

10月23日(火)、午前10時30分～正午、同センターで。無料。

㊟受け付け中。直接か電話で10月22日までに同センターへ。先着40人。

### 10月17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ケーキ、菓子、レタス、陶芸品、雑貨などを販売しています。

第3水曜日、午前10時～午後2時に美

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	10月16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	10月10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	10月12日(金) 11月9日(金) 開催場所は区役所別館 14:00からの参加可
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
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 いずれかのみの参加可(随時受付中)	
②クッキング、ランチ会、歯科検診、ブラッシング実習	10月26日(金) 10:30～15:00
③もく浴実習、先輩ママ・赤ちゃんとの交流	11月16日(金) 13:30～15:30
④お産のお話、安産エクササイズ、赤ちゃんを迎える準備	来年1月28日(月) 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カ月に1回 予約制/無料	10月2日(火) 11月6日(火) 13:30～15:00
成人の歯科相談(歯科検診と相談。妊婦も可) 予約制/無料	10月16日(火) 13:30～15:30
食生活相談(栄養士による相談) 予約制/無料	10月25日(木) 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	10月17日(水)、22日(月)、25日(木)、11月2日(金) 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。	10月25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。)	
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丹波池公園などを歩きます。 はばタッチキー	10月10日(水)、18日(木)、30日(火)

#### 市内の医療機関でがん検診を受けられます

実施医療機関は、がん検診総合相談センターのホームページでご覧いただけます。なお、美原保健センターでは次の日程で実施します。いずれも無料。

がん検診総合相談センター  
 ☎230-4616 FAX230-4636  
 ㊟http://www.sakai-kenshin.jp/



対象	会場	日時
胃がん検診(大腸がん検診)	美原保健センター	10月12日(金)、30日(火)の午前
肺がん・結核検診	美原保健センター	10月19日(金)の午後
乳がん検診	美原保健センター	10月23日(火)、午前か午後の受診を選択できます。

### 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お住まいの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広報さかい来年1月号でお知らせします。

☎ 保健給食課(☎228-7489 FAX 228-7256)へ。

小学校名	日程	開始時刻
さつき野	11月7日(水)	14:00
美原北	9日(金)	
八上		
平尾	14日(水)	
美原西		
黒山	26日(月)	

### 美原朝市

新鮮野菜や餅、ジャムなどの加工品を販売しています。いずれも売り切れ次第終了。

>10月6日(土)午前10時～正午、みはら歴史博物館(美原区黒山281)ギャラリーと体験工房室で。

>10月13・27日午前9時45分～正午、美原区役所本館1階風の広場で。

■美原本通り商店街つどいの広場みっばら

出張出店を行います。10月20日(土)、午前10時～正午、JA大阪南・旧北余部支店(美原区北余部44-1 美原本通り商店街内)で。雨天中止。

☎ 美原朝市運営委員会(☎090-2590-8866)へ。

### 子育てにこここ通信

☎ 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。時間内出入り自由。

■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。保健師による育児相談や親同士の交流、保育士のふれあい遊びなどをします。26日は乳幼児読み聞かせサークル・エンジェルエッグが絵本の紹介、読み聞かせをします。

10月5・26日、午後1時30分～3時30分。0歳の子どもの保護者が対象。1歳以上の子どもの同伴はご遠慮ください。直接会場へ。

■1歳ママあつまれ!!  
 1歳ならではの子育ての楽しさや大変さを皆さんで話したり、親子で一緒にできる遊びを保育士としたりします。

今月は保健師による1歳からの予防接種の説明もあります。10月19日(金)、午前10～11時30分。第1子が1歳の子どもの保護者が対象。

㊟直接か電話、FAXで参加者の氏名、電話番号、子どもの生年月日、校区を10月9～16日に美原区役所子育て支援課へ。先着12組。初めて

の方優先。

■パネル展示  
 子育て支援情報のパネル展示を行います。

10月3～16日、美原区役所本館1階風の広場で。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)

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、たくさんの方が利用しています。

10月の催しは次のとおり。いずれもルームで。未就学児とその保護者が対象。無料。直接会場へ。

■講座「親子でふれあい遊び」  
 読み聞かせや歌、ふれあい遊びなどをします。

10月12日(金)、午前11～11時40分。

■イベント「ハロウィ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、歌やハロウィンにちなんだ遊びをします。10月26日(金)、午前10時30分～11時30分。

### 食育パン作り講座

パン作りをとおして食育について学びます。原料からパンを作り、膨らんでいく過程を見ながら手作りの楽しさを体験します。講師は美原区在住のパン教室HUWAHWA・田中有里さん。メニューはプレーンバゲル、りんごと生ハムのサラダ、ミネストローネ【写真】。

対象。無料。エプロンと三角巾、筆記用具を持参。

㊟受け付け中。電話かFAXで10月12日までに住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。先着16人。



### 新規メンバー募集

#### 「ポレポレの会」

区民の皆さんで自主的に健康づくり活動をしているグループ「ポレポレの会【写真】」では、一緒に活動する方を募集しています。

同グループは軽登山をしており、第2・4水曜日、金剛山など関西の山を登っ

ています。☎ 美原保健センターへ。

