

美原老人福祉センター便り

美原区黒山782-10
☎362-3939 FAX 362-1798

利用には利用証の提示が必要です。利用証は市内在住の60歳以上の方に発行し

ています。
今月は「スマートエイジング」をテーマに講座を行います。講師は、ECCの職員。
4月28日(火)、午前10時30分～正午、美原老人福祉センターで、無料。
☎受付中。直接か電話で4月27日までに同センターへ。先着24人。

美原朝市

いずれも売り切れ次第終了。マイバッグを持参。
▷4月4日(土)=午前10時～正午、みはら歴史博物館(美原区黒山281)ギャラリート体験工房室で。

▷4月11・25日=午前9時45分～正午、美原区役所本館1階風の広場で。
▷4月18日(土)=午前10時～正午、美原本通り商店街内 Anna(ピロシキのお店)(美原区北余部45-12)で。
☎美原朝市運営委員会(☎090-2590-8866)

ド・し・美原月マルシェ

4月15日水

障害者作業所の皆さんが作ったパンやケーキ、菓子、野菜【写真】、陶芸品、雑貨などを販売します。
4月15日(水)、午前10時～午後1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)



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カ月の子どもが対象 個別通知/無料	4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	4月16日(木) 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	4月10日(金)、5月8日(金) 開催場所は区役所別館 14:00からの参加可		
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	4月7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	4月21日(火) 13:30～15:30		
食生活相談/生活習慣病予防相談(医師、保健師、栄養士による相談) 予約制/無料			
HIV 検査・相談 無料 HIV、梅毒、クラミジアのセット検査です。			
肝炎ウイルス検査 無料 市内在住で20歳以上の過去に肝炎ウイルス検査を受診したことがない方が対象	4月23日(木) 13:30～15:00		
風しん抗体検査 無料 市内在住で20歳以上の妊娠を希望する女性とそのパートナーや同居者が対象			
HTLV-1 検査 有料			
骨粗しょう症予防検診 市内在住で18歳以上の方が対象 予約制/有料 (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。)	5月21日(木)の午後		
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	4月3日(金)・15日(水)・23日(木) 14:00～16:00		
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地公園などを歩きます。 (はばタッキー)	4月13日(月)・20(月)、5月8日(金) 9:30美原保健センター集合(雨天中止)		
次の健診・相談も行ってください。いずれも美原保健センターで。 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			
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参照。 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 (9～20時 12/29～1/3除く) ☎http://www.sakai-kenshin.jp/		
検診	対象	会場	日時
胃がん検診(大腸がん検診)	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。予約はがん検診総合相談センターへ。		5月1日(金)・25日(月)の午前 (申し込みは、4月7日から受付開始します。)
肺がん・結核検診	市内在住で40歳以上の方。胸部レントゲン検査のみの場合は予約不要。「たん」の検査は予約制。予約は美原保健センターへ。	美原保健センター	5月25日(月)の午前
乳がん検診	市内在住で40歳以上の偶数年齢の女性。予約制。予約は美原保健センターへ。		5月29日(金)の午前か午後の受診を選択できます。(申し込みは、4月7日から受付開始します。)
子宮がん検診	市内在住で20歳以上の偶数年齢の女性。予約制。予約は美原保健センターへ。		5月20日(水)の午後 (申し込みは、4月7日から受付開始します。)

高齢者の総合相談窓口 包括支援センターを ご存じですか

包括支援センターでは、保健師や社会福祉士、主任ケアマネジャーなどのスタッフ

が連携してそれぞれの専門性を生かしなが、高齢の方が必要なサービスを受けることができるよう総合的に支援しています。気軽に相談ください。
☎美原第1地域包括支援センター(☎369-3070 FAX369-3038)か美原基幹型包括支援センター(☎361-1950 FAX361-1960)

子育てにここにご通信

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。時間内出入り自由。直接会場へ。無料。
■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保護者同士の交流、保育士によるふれあい遊びなどをします。
4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。1歳以上の子どもの同伴はご遠慮ください。
■1歳ママあつまれ!!
1歳ならではの子育ての話や、保育士による親子で一緒にできる遊びをします。今回は、保健師が「1歳の事故予防」、子育て支援コーディネーターが「子育てを応援する制度」について話します。
4月17日(金)、午前10～11時30分。1歳の子どもの保護者が対象。2歳以上の子どもの同伴はご遠慮ください。今回は予約は不要です。

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。

■子どもへのかかわり方
赤ちゃんとのふれあい遊びを通じ、助産師が赤ちゃんに必要な関わり方について話します。
4月23日(木)、午前10時45分～11時45分、同ルームで。未就学児とその保護者が対象。無料。直接会場へ。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、催しなどが中止となる場合があります。市ホームページや、さかい子育て応援アプリ参照。

リーダー養成自主活動グループ 「カノン」新規メンバー募集

「カノン」は美原保健センターと協働して、自身の健康づくりを地域の健康づくりにつなぐ活動を行う自主グループです。
リーダーと一般のメンバーを次のとおり募集します。
活動日は①第1・3木曜日②第2・4木曜日、午前10～11時30分、同センター

で。無料。
▷リーダー=チューブ体操をはじめとする地区の自主活動グループで、リーダーとして活動中か活動予定の方などが対象。
▷一般=体を動かすことが好きな方、何か始めたい方などが対象。参加期間は1年間。
☎4月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢、希望する活動日(①か②)を同センターへ。先着各10人。

参加者募集

全大阪よい歯の コンクール

～美原地区審査～

「歯と口の健康週間」の一環として「全大阪よい歯のコンクール美原地区審査」を開催します。
昨年4月1日～今年3月4日に同センターで3歳児健康診査を受け、むし歯のなかった子どもとその親が対象。
5月14日に同センターでむし歯の有無、歯並び、歯のかみ合わせ、歯磨きの状況などを審査し、最優良親子と優良親子を選出します。選出された方は6月に行われる大阪府の中央審査会に参加していただきます。



高齢者いい歯自慢 コンテスト

～8020(ハチマルニイマル)をめざして～

市と狭山美原歯科医師会では「高齢者いい歯自慢コンテスト」を開催します。
80歳以上(昭和15年3月31日以前に生まれた方)で自分の歯を20本以上持つ方が対象。応募者を5月14日に同センターで審査し、特に優秀な方を表彰します。なお、今までに同コンテストで最優秀賞、南河内歯科医師会会長賞、大阪狭山市・堺市美原区歯科医師会会長賞、狭山美原歯科医師会会長賞で表彰された方は応募できません。



☎いずれも電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日(全大阪よい歯のコンクールは親子どちらも)を4月10日までに同センターへ。FAXで申込の場合は受け取りの連絡をします。連絡がない場合は、同センターに連絡してください。
「全大阪よい歯のコンクール美原地区審査」「高齢者いい歯自慢コンテスト」の表彰式は審査当日に合同で行います。

歩こうデー in さつき野中止のお知らせ

4月3日(金)に予定していた「さつき野歩こうデー」は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止します。不明な点がありましたら、同センターへお問い合わせください。