

**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。

**指定難病患者・小児慢性特定疾病児童等のための就労相談**

難病患者で働きたい方や働き続けることを不安に思っている方を対象に、難病患者支援センターの難病支援員が相談に応じます(仕事のあつ

今月の講座は「健康リズム体操」をテーマに講演をします。講師は、大阪ガスグループ福祉財団の社員。

2月22日(月)、13時30分～15時、美原総合福祉会館で。無料。  
☎受付中。直接か電話で2月20日までに同センターへ。先着20人。

せんは行いません。

3月2日(火)、10時30分～16時(1人90分以内)、美原保健センターで。無料。

☎受付中。電話かFAXで氏名、電話番号、FAX番号を難病患者支援センター(☎275-5056 FAX275-5038)へ。先着3人。

▶運動＝3密を避けた環境で、散歩などの運動をしましょう。

▶脳トレ＝パズルを解いたり日記を書いたりして、頭と手を動かしましょう。

▶会話・コミュニケーション＝感染症の感染予防のため、家族・友人と直接会うことが難しい場合は、電話で話しましょう。

☎美原基幹型包括支援センター(☎361-1950 FAX361-1960)か美原第1地域包括支援センター(☎369-3070 FAX369-3038)

**新しい生活様式の中で認知症を予防するために**


新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、3密を避ける生活が長期化し、外出や会話の機会が減っています。そのため、社会とのつながりが希薄になり、認知機能が意欲が低下することがあります。

認知機能の低下を予防するために、3つのポイントを日常生活に取り入れましょう。

**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	
離乳食講習会 予約制/無料 5～6カ月の子どもと保護者が対象	2月18日(木) 10:30～11:10	
ハッピーエンジェル 予約制/無料 1～3カ月の子どもと保護者の自由交流の場	2月12日(金) 開催場所は美原保健センター 14:00からの参加可	
受付・育児相談 赤ちゃん体操、骨盤体操、交流会など	13:15～14:00 14:00～15:30	
子どもの歯科検診 予約制/無料 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	2月2日(火)、3月2日(火) 13:30～15:00	
成人の歯科相談 予約制/無料 歯科検診と相談。妊婦も可。	2月16日(火) 13:30～15:30	
精神保健福祉相談 予約制/無料 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	2月5日(金)・17日(水)・25日(木)、3月5日(金) 14:00～16:00	
食生活相談/生活習慣病予防相談 予約制/無料 医師、保健師、栄養士による相談		
感染症検査・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	2月25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		
3・8・0のつく日は「歩くデー」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遊池公園などを歩きます。	2月8日(月)・18日(木)、3月8日(月) 9:00～20:00 12/29～1/3除く (雨天中止)	
次の健診・相談も行っています。いずれも美原保健センターで。 4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診、BCG予防接種(対象の方に個別通知。人数を制限しているで、個別通知以外の方は、来所を控えてください。/無料) 検便検査(有料)月～金曜日の9:00～11:00 難病に関する相談(随時/無料)		
<b>市内の医療機関でがん検診を受けられます</b>		
胃・子宮・乳がん検診は2年に1回、肺・大腸がん検診は1年に1回継続して受けることが大切です。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。		
<b>がん検診総合相談センター</b> ☎230-4616 FAX230-4636 (9:00～20:00 12/29～1/3除く) http://www.sakai-kenshin.jp/		
検診	対象	日時(会場)
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。予約制。予約はがん検診総合相談センターへ。希望者は大腸がん検診も同時に受診できます。	2月25日(木)の午前(美原保健センター)
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。	2月6日(土)の午前(50歳以上の方の予約受付は終了)、2月22日(月)の午前か午後を選択できます。(美原保健センター)
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。	2月6日(土)の午後(美原保健センター)

**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

**子育て支援活動ひろば**

今月の赤ちゃんあつまれ!!と1歳ママあつまれ!!の催しは、オンラインで開催します。オンラインでの催しの参加には、Webex(ウェブエックス)が使えるスマートフォンかパソコンが必要です。詳しくは、美原区ホームページかさい子育て応援アプリ参照。

▶オンライン赤ちゃんあつまれ!!  
オンラインで、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。

①2月5日(金)、13時30分～14時30分②2月26日(金)、10時30分～11時30分。0歳の子どもとその保護者が対象。

☎①受付中。2月3日までに②2月8日から2月24日までに美原区ホームページ子育て支援課お問い合わせフォーム(2次元コード)で、件名に赤ちゃんあつまれ!!、お問い合わせ内容に参加者全員の氏名、電話番号を同課へ。受付確認の返信で申込完了とします。抽選各5組。前日までにメールで抽選結果を伝えます。

▶オンライン1歳ママあつまれ!!  
オンラインで、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。

2月19日(金)、10時30分～11時30分。1歳の子どもとその保護者が対象。

☎受付中。2月17日までに美原区ホームページ子育て支援課お問い合わせフォーム(2次元コード)で、件名に1歳ママあつまれ!!、お問い合わせ内容に参加者全員の氏名、電話番号を同課へ。受付確認の返信で申込完了とします。

認の返信で申込完了とします。抽選5組。前日までにメールで抽選結果を伝えます。

▶大人ママあつまれ!!  
同世代の方と子育てについて話したり、ママ向けのプログラムをしたりします。今回は、近畿財務局の職員が「子育て世代のためのマネー講座J」について話します。

3月3日(水)、10～11時30分。未就学児を育てるおおむね35歳以上の保護者と未就学児が対象。

☎2月22日から直接か電話、FAXで利用者全員の氏名、電話番号、子どもの生年月日、校区を同課へ。先着10組。

**みはらっこわくわくルーム**

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。

■利用の案内  
開設日時 月～金曜日(祝日は休業)

▷10～12時  
▷13時30分～15時30分

未就学児とその保護者が対象。無料。入室前に手指の消毒、検温、健康チェックの協力をお願いします。

☎利用希望日の前週月曜日から直接か電話、FAXで利用者全員の氏名、電話番号、子どもの生年月日、校区、利用希望日、時間を同課へ。先着各4組。当日の予約利用は、同課窓口か電話で受付。1組につき週3回まで申込可。

みはらっこわくわくルームの催しは、美原区ホームページかさい子育て応援アプリを参照。

**集団回収報償金の申請は2月26日まで**

美原区域で、昨年8月～1月に実施した古紙や衣類などの集団回収に対する報償金は、2月26日までに美原区役所自治推進課へ申請してください。

原区役所自治推進課へ申請してください。



あらかじめ登録団体へ郵送している申請書類や新規登録などについては、同課(☎363-9312 FAX361-1817)へ。

**社会を明るくする運動**

**作文コンテストで東美原地区から3人が受賞**

社会を明るくする運動は、犯罪や非行をした人たちの立ち直りについて、みんなで考え、犯罪や非行が起きない明るい社会をつくるために全国で行われています。次世代を担う小・中学生に、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする同運動への理解を深めてもらうために、作文コンテストを行いました。東美原地区受賞者3人や、他の受

賞者の作品は、市ホームページ参照。

▷中学校長会会長賞

小谷風紗さん(登美丘中3年)「人とのつながりを大切に」

▷保護司会連絡協議会会長賞

森田凜香さん(登美丘東小6年)「よりよい社会にするために」

▷BBS 会長賞

鈴木美羽さん(さつき野小6年)「もう一度考えて」

☎「社会を明るくする運動」堺市推進委員会(堺市社会福祉協議会総務課内 ☎232-5420 FAX221-7409)か長寿支援課(☎228-8347 FAX228-8918)

**■カミカミ・バクバク離乳食**

離乳食の進め方について管理栄養士が話します。保健師や歯科衛生士の話もあります。

3月2日(火)、10～10時30分か11～11時30分、美原保健センターで。

おおむね7～10カ月の赤ちゃんの保護者が対象。無料。

☎受付中。電話かFAXで住所、子どもの氏名、電話番号、希望時間、子どもの生年月日を同センターへ。先着各5人。