

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。
今月の講座は「知っておきたい!

高齢者の総合相談窓口
包括支援センターを知っていますか

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専門スタッフが連携してそれぞれの専門性を生かしながら、高齢の

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

子育て支援活動ひろばとみはらっこわくわくルームの利用・催しはいずれも予約制。
なお、子育て支援活動ひろばの催しは、オンライン開催に変更することがあります。

子育て支援活動ひろば

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。

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【写真】などをします。

4月23日(金)10~11時30分か13時30分~15時。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。



4月2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、希望時間を同課へ。先着各5組。

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。

4月16日(金)10~11時30分。1歳の子どもの保護者が対象。小学生以上の子どもの同伴はご遠慮ください。

4月2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5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

キャッシュレス」をテーマに講演をします。講師は、近畿財務局の職員。

4月27日(火)10時30分~11時30分、美原老人福祉センターで。無料。

受付中。直接か電話で4月26日までに同センターへ。先着20人。

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)

ます。
利用の案内
開設日時 月~金曜日(祝日は休館)
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。

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5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。

4月の催し
いずれも同ルームで。未就学児とその保護者が対象。無料。各催しごとに予約が必要です。

子育て支援コーディネーターや保育士が子育てを応援する制度について話します【写真】。
4月20日(火)10時30分~11時30分。



わくわくおたのしみシアター♪
子育てに関するボランティア団体のジャンジャンシアターちゃんご隊の手遊びや紙芝居を見て楽しみましょう。

4月22日(木)11~11時40分。
ごねる!いやいや!どしてる?

1・2歳児の思いを受け止めるためにはどう関わるべきか考えます。

4月26日(月)11~11時40分。

4月5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5組。

FAXで申込の場合、同課からの折り返しの電話で確認が取れた時点で予約確定とします。

美原保健センターだより
美原区黒山782-11 362-8681 FAX 362-8676
健診を受けて心も体も健康に

Table with columns: 検診・相談など, 日時. Rows include: 離乳食講習会, ハッピーエンジェル, 子どもの歯相談室, 成人の歯科相談, 精神保健福祉相談, 食生活相談/生活習慣病予防相談, 感染症検査・相談, 肝炎ウイルス検査, 風しん抗体検査, HTLV-1検査.

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。

市内の医療機関でがん検診を受けられます
令和3年度のがん検診の申込受付は、4月5日から。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。

Table with columns: 検診, 対象, 会場, 日時. Rows include: 胃がん検診(大腸がん検診), 肺がん・結核検診, 乳がん検診.

マタニティフェア
家族みんなで子育てができるよう妊婦やその家族で参加できるイベントです。

Table with columns: 内容, 時間. Rows include: 沐浴(もくよく)など育児体験, 妊婦体験, こども園や産後うつなどの情報コーナー, 助産師の安産エクササイズと健康ミニ講座(二部制), 歯科検診.

4月19日(月)、美原保健センターで。市内在住の妊婦とその家族が対象。母子健康手帳を持参。安産エクササイズを希望の方は、動きやすい

結成10年以上のチューブ体操グループを表彰
3月12日に10年以上継続して活動しているチューブ体操グループ「すみれ(北余部東)」「真福寺ニュータウン」を、美原区長が表彰しました。

チューブ体操は、ゴムチューブの負荷を利用して筋力を付ける運動です。自分の筋力や体調に合わせて、チューブの強さや長さを調節することができます。同グループは、地域の健康づくりや介護予防のために、身近な場所で定期的に活動しています。
同センター

服装で。
受付中。電話かFAX、美原区ホームページ美原保健センターお問い合わせフォーム(2次元コード)で住所、氏名、電話番号、年齢、出産予定日を4月12日までに同センターへ。先着20組。



沐浴(もくよく)体験

