



### 子育て支援課 (地域子育て支援センター)

☎297-1744 FAX296-2822

友だちを作りたい、悩みを聞いてほしい、子どもを遊ばせたいなど子育ての交流をしたい方、ほっとルームや子育て講座に来てみませんか。保育士や保健師、子育て支援コーディネーター、子育てアドバイザーなどが相談に応じます。

#### ▶1月のほっとルーム

体重や身長(1mまで)の計測もできます。いずれも午前10時30分~11時30分。無料。直接会場へ。妊婦さんの参加も歓迎します。

▶12日(火)=ほっとルーム(0~5歳の未就園児とその保護者が対象)。南区役所2階202会議室で。

▶18日(月)=ベビークラス(第1子で7カ月までの赤ちゃんとその保護者が対象。平成27年5月生まれまで参加可)。南区役所4階保健指導室①で。

▶子育て講座「ベビーダンス教室」赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせて楽しみましょう。1月25日(月)、午前10時30分~11時

30分、南区役所2階202会議室で。講師は日本ベビーダンス協会認定インストラクター・西上智恵さん。南区在住の4カ月~2歳の首が浮き抱っこができる子どもとその保護者が対象。無料。動きやすい服装でお越しください。抱っこひもまたはスリング(立て抱っこできるもの)、体温計、タオル、お茶などを持参してください。

☎☎1月5日から電話で同課へ。先着25組。

#### ▶親子でリフレッシュ!

親子のふれあい遊びや保護者のためのストレッチ運動をして、心も体もリフレッシュしましょう。

2月1日(月)、午前10時30分~11時30分、南区役所2階202会議室で。講師はみんなのWell.net・森永裕美さんと伊藤めぐみさん。南区在住の未就園児とその保護者が対象。無料。動きやすい服装でお越しください。

☎☎1月22日から電話で同課へ。先着25組。

#### ▶お正月遊びを楽しもう!

1月8日(金)、午前10~11時、上神谷保育所(南区片蔵92-4 ☎297-0180 FAX297-9154)、福泉中央保育所(南区稲葉1丁3132-1 ☎271-0632 FAX271-2304)で。未就学児とその保護者が対象。無料。直接会場へ。車での来場など詳しくは、会場へ。

### みなみちゃんくらぶ

南区の公立保育所共同で、親子と一緒に遊ぶ「みなみちゃんくらぶ」を開催しています。

### はじめてのボランティア入門講座

これからボランティア活動を始めようと思っている方を対象に、ボランティア入門講座を開きます。ボランティアの決まりごとのオリエンテーションや相談コーナーからの体験談、アクションを準備しています。この機会にぜひ参加してください。

2月4日(木)、午後1時30分~3時30分、南区役所で。無料。

☎☎受け付け中。電話かFAXで住所、氏名、電話番号、所属団体名(あれば)を書いて、堺市社会福祉協議会南区事務所(☎295-8250 FAX295-8260)へ。先着30人。

### ギャラリーみなみかせ

☎☎南区役所地域福祉課(☎290-1812 FAX290-1818)へ。

#### ▶新春もちつき大会

1月15日(金)、午前11時ごろから南区役所正面玄関前で。昔ながらの餅つきを

体験し、つきたての餅を食べることが出来ます。大人も子どもも笑顔がいっぱいの楽しい交流の場になります。無料。直接会場へ。なくなり次第終了。雨天、強風などの場合は中止します。

☎☎南区役所地域福祉課(☎290-1812 FAX290-1818)へ。

### 近隣センター再生フォーラム ~泉北ニュータウンにおける生活を支える機能確保に向けて~

商業機能の低下、施設の老朽化が進む近隣センターについて、住民の生活を支える拠点として、社会状況や環境の変化に合わせた位置づけ、将来像・取り組みを示す近隣センター再生プランを策定しました。策定にあたり専門的な見地から意見をいただいた委員の皆さんが、策定時の思いや経過、今後への期待などについて話します。

2月2日(火)、午前10時~正午、南図書館(泉ヶ丘駅前)で。無料。車での来場はご遠慮ください。

地域住民の皆さんをはじめ、さまざまな分野の方の参加をお待ちしています。

☎☎1月4日から電話かFAX、電子メールで参加者全員の住所、氏名、電話番号、電子メールアドレスを書いて、ニュータウン地域再生室分室(☎298-

1300 FAX298-1331 ㊟:inisai@city.sakai.jp)へ。先着200人。

#### ~プログラム~

▶10:00~ 開会  
近隣センター再生プラン検討経過説明

▶10:10~ 近隣センター再生プランの概要  
講師は大阪府立大学大学院教授・増田昇さん

▶10:30~ パネルディスカッション  
意見交換や来場者との質疑応答など

パネリストは増田さん、ジオ・アカマツ顧問・高瀬孝司さん、大阪府立大学教授・小野達也さん、奈良県立大学准教授・佐藤由美さん、堺市建築都市局局长。

▶12:00 閉会

### 南保健センター だより 191

南区役所4階 ☎293-1222 FAX296-2822

#### ▶栄養士・歯科衛生士研修会

「いつまでもおいしく食べるために~在宅高齢者の訪問指導から見えてきたこと~」をテーマに行います。高齢の方のお口の機能や口腔ケア、介護食のヒントを学んでみませんか。講師は、歯科医師・富田康則さん。

1月22日(金)、午前10~11時30分、南保健センターで。栄養士、歯科衛生士の方が対象。無料。

☎☎電話かFAXで住所、氏名、電話番号を書いて、1月19日までに同センターか健康医療推進課(☎222-9936 FAX228-7943)へ。先着30人。

また、栄養士、歯科衛生士のボランティアの会「歯っぴー栄養クラブ」の会員も募集しています。詳しくは健康医療推進

課(☎222-9936 FAX228-7943)へ。

#### ▶かぞくの食育クッキング

2月3日は節分です。この機会にいろいろな日本の行事食について学びませんか。行事食についての講話と恵方巻の調理実習を行います。

1月29日(金)、午前10時~午後1時、同センターで。3歳以上の未就学児の保護者が対象。託児あり(2歳以上の未就学児が対象。要予約。先着8人)。無料。エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具を持参してください。

☎☎電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢、子どもの年齢、託児の有無を書いて、1月4~22日に同センターへ。先着20人。

#### 1月の教室・相談などの日程(2月分の一部を含む)

教室・相談など	日	時
■離乳食講習会(5~6カ月頃)(予約制・無料)	13日 2月3日	10:30~11:30
■一般健康相談(無料)	20日	9:00~11:00
■生活習慣病予防相談(予約制・無料)	20日	9:00~11:00
■食生活相談(予約制・無料)	20日	9:00~11:00
■精神保健福祉相談(予約制・無料)	26日	14:00~16:00
■成人の歯科相談(予約制・無料)	18・25日 2月1日	13:30~15:30
■子どもの歯相談室(予約制・無料)	13日	9:30~11:00
	27日	13:30~15:00
■BCG 予防接種(個別通知・無料) 1歳未満の子どもの対象 生後5カ月児に個別通知	6・27日	13:30~14:45
■赤ちゃんといっしょ(予約制・無料) 生後4カ月未満の子どものお母さんが対象	20日	13:30~15:30

◆いずれも場所は南保健センターで。電話かFAXで予約後(予約制でない場合はそのまま)、直接会場へ。

◆上記以外にも次の健診・相談を行っていますので、詳しくはお問い合わせください。  
※4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳児健診(3歳6カ月児が対象)…個別に通知。無料。

転入転出の場合は同センターへお問い合わせください。  
※血液検査…有料(一部無料の場合有り)。診断書の発行はできません。

一般健康相談時に実施。  
※エイズ相談・HIV検査、HIVを含む梅毒・クラミジア尿のセット検査…無料。

一般健康相談時に実施。  
※調理従事者などの検便(腸内病原菌)検査…有料。月~金曜日(祝休日を除く)の午前9時~11時。

※難病に関する相談…無料。  
※失語症に関する相談…無料。

#### ■胃がん検診

40歳以上の方が対象。予約制。バリウム液(造影剤)を飲んで、エックス線間接撮影(8枚)を行います。費用500円(65歳以上の方は無料)。生活保護・市民税非課税世帯などに属する方は事前に申請すれば無料。

☎☎1月5日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を書いて、同センターへ。先着90人。

### いづみ健老大学 1月教養講座

#### ▶楽しいニュー・イヤー・コンサート

1月19日(火)、午後1時30分から榊文化会館(榊・美木多駅前)で。出演者は関西二期会正会員・中川和美さん。無料。直接会場へ。  
「懐かしい童謡、唱歌を歌ってみま

しょう」「リズムを感じてみましょう」「オペラを語りて歌で楽しみましょう」の3部制。2部と3部の間に休憩時間あり。

☎☎電話でいづみ健老大学事務局(☎ FAX299-1454(12月18日~1月12日までを除く水~土曜日の午前10時~午後3時に同大学事務局))へ。上記以外は受け付けできませんのでご了承ください。

### 防災コラム1月号 目ごろから災害に備えよう

▶近所で、いざという時のことを話し合おう

地域全体が安全に避難するために、高齢の方や障害のある方、けが人など、避

難の時にどう対応するか、事前の備えを近所で話し合っておきましょう。

☎☎南区役所企画総務課(☎290-1800 FAX290-1814)へ。