



南区役所2階子育てひろば 「みみちゃんルーム」に遊びにおいでよ!

南区役所4階子育て支援課 ☎290-1744 FAX296-2822

未就学児とその保護者、妊婦の方が気軽に集い、遊んだり交流したりする場です。子育てに関する相談や地域の子育て支援の情報提供、誕生会を行います。相談内容によっては、保育士、保健師、子育て支援コーディネーターなどの専門職と連携し、専任のスタッフによる子育て相談も行っています。

月～金曜日(祝日を除く)、午前10時～正午、午後0時45分～4時。身長・体重も測定できます(身長は90cm、体重は10kgまで)。無料。初めて利用する方は、登録などの手続きが必要。

▶子育て講座「ベビーサイン」

日ごろ、「子どもの訴えていることが分からない」と思うことはありませんか。日本ベビーサイン協会認定講師・坂口あやかさんの指導のもとベビーサインを体験します。

4月25日(水)、午前11時～正午。お座りができるおむね5カ月～1歳6カ月の赤ちゃんとその保護者が対象。無料。

☎4月9日、午前10時から直接



子育て講座

か電話で同課へ。先着20組。

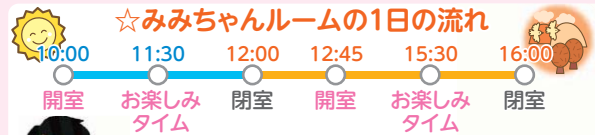
▶あかちゃんタイム

第3火曜日に、おむね10カ月までの赤ちゃんとその保護者が集まり交流する場です。同じような月齢の子どもを持つ保護者同士でおしゃべりしたり、日ごろの子育ての悩みなどを話したりしませんか。

4月17日(火)、午後1時30分～2時。無料。15分前までに直接会場へ。



あかちゃんタイム



開室から閉室までは玩具やおもちゃで遊んだり、保護者同士で子育ての情報交換やおしゃべりなどをしています。おたのしみタイムは歌を歌ったり、絵本の読みかきなどをします。

「みみちゃんルーム」利用者の声

「スタッフの人にいろいろ相談できて良かった」「スタッフの人が優しくて行きやすい」「家にないおもちゃがあって楽しい」「同じくらいの子どもの遊び場があるので子どもの刺激にもなる」「ママ友に子育ての悩みを相談し、共有することができた」「お楽しみタイムで音楽にふられるので、子どもも楽しそう」などの声をいただいています。

みなみちゃんくらぶ

平成30年度から、みなみちゃんくらぶは生後6カ月～2歳児を対象に、前期・後期登録制の子育て支援事業に変わります。前期は上神谷こども園で、後期は福泉中央こども園で各期5回行います。毎回同じ親子で遊びや交流をしながら一緒に子育てを楽しみましょう。また、子どもから離れて保護者同士で過ごす「ほっ

とタイム」や、連携する認定こども園での保育体験もあります。

前期は5月から実施します。詳しくは本紙来月号でお知らせします。

☎☎上神谷こども園 ☎297-0180 FAX297-9154、福泉中央こども園 ☎271-0632 FAX271-2304へ。



高齢者の総合相談窓口
地域包括支援センター
だより

☎☎南基幹型包括支援センター ☎290-1866 FAX290-1886へ。
✉minami@sakai-syakyonet

▶高齢者・家族が傷つかないために
在宅で高齢の方を介護することは、休みがなく、家族にとって心身共に大きな負担となることがあります。そのため、たたくなどの明らかな暴力だけでなく、

高齢の方が道に迷って帰宅できなくなることを防ぐために居室に鍵を掛ける、動く転倒の恐れがあるためベッドや車椅子から動けなくするなど、やむを得ずこのような手段をとり、無意識のうちに高齢者を傷付けてしまうことがあります。

そんな様子に気づいたり、どうすればよいかわからない時は、介護の専門家である担当ケアマネジャーか表の地域包括支援センターまでご相談ください。また、近隣で気になる様子の方を見つけた場合もご連絡ください。秘密は必ず守ります。

お住まいの小学校区	相談機関
美木多(鶯谷台含む)・赤坂台・新橋尾台・城山台	南第1地域包括支援センター ☎295-1555 FAX295-1556
福泉中央・桃山台・原山ひかり・庭代台・御池台	南第2地域包括支援センター ☎290-7030 FAX290-7665
上神谷・宮山台・竹城台・竹城台東・若松台・茶山台	南第3地域包括支援センター ☎289-8085 FAX289-8086
三原台・泉北高倉・はるみ・横塚台	南第4地域包括支援センター ☎291-6681 FAX291-6682

南保健センター だより

南区役所4階 ☎293-1222 FAX296-2822

▶ひらめき脳トレプラス教室第1期募集

認知症予防を中心に、簡単な体操や読み書き計算などの知的プログラム、口腔(こうくう)ケア、食生活ワポイントアドバイスなどを行う全12回の教室です。5月11日～7月27日の毎週金曜日、午前9時30分～11時30分、桐文会館(桐・

美木多駅前)で。65歳以上で介護認定を受けておらず、医師に運動を禁止されていない、全回出席できる方が対象。無料。筆記用具、タオル、飲み物を持参。

☎☎電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を書いて、4月4～10日に同センターへ。平成27年4月以降で初めての方を優先のうえ抽選20人。

4月の教室・相談などの日程(4・5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)	4日(水)、5月2日(水) 10:30～11:30
■一般健康相談(無料)	18日(水) 9:00～11:00
■食生活相談(予約制・無料)	10日(火) 14:30～16:30 24日(火)、27日(金) 14:00～16:00
■精神保健福祉相談(予約制・無料)	2日(月)、16日(月) 13:30～15:30 5月7日(月)
■成人の歯科相談(予約制・無料)	11日(水) 9:30～11:00 25日(水) 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	11日(水)、25日(水) 13:00～15:00
■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	18日(水) 13:30～15:30
■妊婦教室(予約制・無料)3回シリーズ 妊娠5～6カ月の対象	3日(火) 13:30～16:00 17日(火) 10:00～15:00 5月16日(水) 13:30～16:00

◆いずれも南保健センターで。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。
※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。
※EIS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。
※骨粗しょう症予防検査…予約制・有料(一部無料の場合有り)。18歳以上の市民の方が対象。
※調理従事者などの検便(腸内病原菌)検査…有料。毎週月～金曜日(祝日を除く)の午前9～11時。
※難病に関する相談…無料。

胃がん検診・大腸がん検診日程

日程	実施場所	定員(先着)
5月15日(火)	美木多小学校(鶯谷台1-48-1)	40人
5月23日(水)	新橋尾小学校(新橋尾台3-7-1)	90人
5月24日(木)	高倉山西地域会館(高倉台1-7-1)	40人

50歳以上の偶数年齢の方が対象。予約制。大腸がん検診のみの受診はできません。
胃がん検診：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。
大腸がん検診：事前に送付する容器に2日分の便を採取し、検診会場にお持ちください。便潜血の検査を行います。
なお、同検診は医療機関でも受診できます。また、奇数年齢でも受診可能な場合があります。
受診に必要な費用など詳しくは、がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636(受付は午前9時～午後8時(12月29日～1月3日を除く)))へ。
☎☎4月3日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日、希望日、大腸がん検診希望の有無を書いて、同相談センターへ。

受付時間 9:00～11:30
ただし、詳しい受付時間は、予約受付後に送付する検診通知で確認してください。

防災コラム 家族で話し合っておくこと

災害はいつ発生するかわかりません。家族と離れているときでも、全員が無事で行られるように災害時の行動について話し合っておきましょう。

▶待ち合わせ場所

自宅で待ち合わせる場合は、安全な土地か、自然災害に耐えうる建物かを確認しましょう。災害事象ごとに避難所を決めておくことも有効です。

小学校など、自宅以外の場所で待ち合わせる場合は、人が多く集まることが予測されるので、確実に家族と会えるように、「小学校に集合」ではなく「小学校の校庭のジャングルジムの前に集合」など

具体的な場所を指定しておきましょう。また、待ち疲れや、行き違いを恐れてトイレや食事を我慢することがないように、集合する時間を決めておくことも有効です。

▶家族との連絡方法

1つの連絡方法に頼るのではなく、つながらなかった場合に備えてNTTの災害用伝言ダイヤル171や携帯電話の災害用伝言板、SNSなど、何通りかの連絡方法を考えておきましょう。

☎☎南区役所企画総務課

(☎290-1800 FAX290-1814)へ。

南区役所第2駐車場の出入口改修工事の実施について

南区役所第2駐車場(桐文会館横)の出入口を、より安全・円滑に出入りできるよう、4月9日(月)より10日間程度、出入口の改修工事を実施します(建屋の撤去は4月3・4日に実施予定)。

工事期間中は、騒音や通行制限などで迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎☎南区役所企画総務課(☎290-1800 FAX290-1814)へ。

里親説明会・相談会

さまざまな事情により、家族と暮らすことのできない子どもを、自分の家庭に迎え入れて育てる方を里親といいます。4月20日、5月18日、午後2時から里

親に関する説明会を開催します。また、午後1～5時の間、相談を受け付けています。里親に関心のある方が対象。南区役所1階で。無料。直接会場へ。

☎☎子ども家庭課(☎228-7331 FAX228-8341)へ。