



南区役所 4階子育て支援課
☎290-1744 FAX296-2822

南区ばばえらす
パパと一緒にあそぼう!

父親同士の情報交換を目的として、年4回実施します。未就学児とその父親(母親も可)が対象。



ダンボール迷路 大作戦(予約制)
ダンボールをつないで、大きな迷路を作って遊ばしましょう。

8月5日(日)、午前10時~正午、南区役所 2階201・202会議室で。無料。

7月17日(日)、午前10時から電話で同課へ。先着15組。

子育て支援コーディネーター講座
「認定こども園などの入所申請について」
認定こども園と幼稚園の違いや、入園するにはどうしたらいいのかなど、いろいろな疑問に答えます。

8月9日(木)、午前10時30分~11時30分、南区役所 2階201・202会議室で。未就学児とその保護者が対象。無料。

7月23日(日)、午前10時から直接電話で同課へ。先着15組。

9月3日(月)も南区役所で同じ講座を行います。また、みんなの子育てひろばでも出張講座を行います。詳しくは、区役所などにある「みんなの子育てひろば講座一覧表」をご覧ください。

南区役所 2階南区役所子育てひろば
『おみちゃんルーム』の催し

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も行います。気軽にお越しください。

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)。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「親子防災教室」
7月25日(水)、午前10時30分から南区役所前で消防車の見学、午前11時ごろからおみちゃんルームで、子どもたちの日ごろの事故や災害時の対応などを消防局職員が話します。未就学児とその保護者が対象。無料。開始15分前までに同ルームで受け付けを済ませてください。

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ませんか。7月17日(火)、午後1時30分~2時。無料。開始15分前までに直接会場へ。



南保健センター

だより 221

南区役所4階 ☎293-1222 FAX296-2822

えらべる!運動教室~あなたはどこからキレイになりますか?~

今回のテーマは「笑顔」です。表情筋エクササイズと基礎から学ぶラジオ体操を行います。また、歯周病予防の講話と歯磨き指導を行います。

7月20日(金)、午前10~11時30分、同センターで。64歳までの方が対象。無料。運動しやすい服装で、タオル、飲み物を持参。

7月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を書いて、同センターへ。先着25人。

わくわく親子食育体験教室
親子と一緒に作る楽しさや一緒に食べる楽しさを体験しませんか。いずれも同センターで。4~6歳の未就学児とその保護者が対象。無料。エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具を持参。

野菜を使っておやつを作ろう!
8月13日(月)、午後1~3時30分。講師は製菓衛生師・四宮美幸さん。

親子でカンタンお昼ご飯を作ろう!
8月17日(金)、午前10時~午後1時。

7月2日から電話かFAXで、参加者全員の住所、氏名、電話番号、年齢、参加希望日(両日参加希望の方は第1希望・第2希望)を書いて、7月2日~8月3日に

同センターへ。先着各10組。

小学生親子クッキング

食生活改善ボランティアグループの「和(やわぎ)会」が開催します。

食べ物やバランスについての話や調理実習、簡単な紙工作も行います。いずれも午前10時~午後2時、同センターで。無料。エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具を持参。

8月3日(金)=小学1~3年生とその保護者が対象

8月9日(木)=小学4~6年生とその保護者が対象

7月2日から電話かFAXで参加者全員の住所、氏名、電話番号、年齢(子どもは学年)、希望日(両日参加は不可)を書いて、7月2~27日に、同センターへ。先着各15組。



昨年度の料理

7月の教室・相談などの日程(8・9月分の一部を含む)

Table with columns: 教室・相談など, 日, 時. Lists various classes and consultation times.

肺がん・結核検診日程

Table with columns: 日程, 実施場所, 40歳以上の方が対象. Details lung and tuberculosis screening.

胃がん検診・大腸がん検診日程

Table with columns: 日程, 実施場所, 定員(先着). Details stomach and colon cancer screening.

JOBステーション南サテライト 就職力アップセミナー

面接の印象アップ!
面接の場面で、意外と見られている立ち居振る舞いや身だしなみの基本的マナーを知り、印象アップをめざします。



高齢者の総合相談窓口 地域包括支援センター

だより
南区南基幹型包括支援センター
☎290-1866 FAX290-1866
minami-kikangata@sakai-syakyu.net

熱中症は予防が大切です

高齢になると、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。のどの渇きを感じなくても、こまめに水分を補給しましょう。

Table with columns: お住まいの小学校区, 相談機関. Lists support centers by neighborhood.

防災コラム 大雨・集中豪雨のときの避難の心得

局地的な大雨や集中豪雨は、川や下水道が短時間で増水し、浸水や洪水を引き起こします。避難する際には次の点に注意が必要です。

①地下空間に注意
地下街や地下駐車場などでは外の様子から分らず、浸水すると一気に水が流れ込みます。また、水圧でドアが開かなくなることもあります。

②マンホールや側溝に注意
急激な雨水の流入により、ふたが外れたマンホールへの転落や側溝・用水路へ

落ちて溺死する事故もあります。

③車の運転に注意
普通自動車は、約30センチの浸水で走行が困難になります。アンダーパスは真っ先に浸水するので、注意が必要です。

南区役所企画総務課 ☎290-1800 FAX290-1814へ。



①地下空間 ②マンホールや側溝 ③車の運転