



南区役所4階子育て支援課

☎290-1744 FAX296-2822

子育て支援課では「おでかけマップ」や認定こども園などの「園庭開放一覧表」、子育て情報が分かる「南区役所子育て支援課だより」などを作成しています。南区役所4階子育て支援課や2階みみちゃんルーム、南区内の子育てサロン・サークル、みんなの子育てひろば、産婦人科、小児科で配布しています。また「さかい子育て応援アプリ」もご利用ください。

▶ファミリー・サポート・センター出張 会員登録講習会・説明会
同センターは、子育てを応援したい方(提供会員)と子育ての応援を受けたい方(依頼会員)からなる相互援助を行う会員組織です。保護者の外出時などに子どもを預かったり、習い事や保育施設などへの送迎を行います。
6月17日(月)、午前10～11時30分

南区役所2階南区役所子育てひろば「みみちゃんルーム」の催し

未就学児とその保護者、妊婦が気軽に、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。
▶あかちゃんタイム
第3火曜日に、おむね10カ月まで

高齢者の総合相談窓口 地域包括支援センター



☎南基幹型包括支援センター

☎290-1866 FAX290-1866 3.3minami-kikangata@sakai-syakyo.net

▶安心連絡シート・カード
一人暮らしの高齢の方、突然のけ

お住まいの小学校区	相談窓口
美木多(鶴谷台含む)・赤坂台・新輪船台・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

みなみちゃんくらぶ

生後6カ月～2歳児を対象に子育て支援を行います。前期・後期登録制。
前期は5月21日から上神谷こども園(南区片蔵92-4)で、計5回行います。

南消防署 セルフスタンドを安全に使用しましょう

給油を行う前に、次のことに注意しましょう。

▶自分が入れようとしている自動車の燃料を確認

自動車に合った油種を選択しましょう。自動車にはガソリンだけでなく、軽油を燃料とするものもあり、軽油には軽自動車の「軽」という文字が入っていますが、軽自動車用の燃料ではなく、ディーゼルエンジン用の燃料です。

▶ガソリンの引火に注意

給油の際はエンジンを必ず停止し、窓

(第1部:依頼会員登録講習会)、午前11時30分～正午(第2部:提供会員の登録方法についての説明会)。南区役所2階201・202会議室で。小学生の子どもを持つ保護者と妊婦が対象。無料。1部のみ託児あり。

☎電話で住所、氏名、電話番号、講習会か説明会、託児の希望を、5月7日～6月7日にファミリー・サポート・センター(☎222-8066)へ。第1部のみ同センターホームページ(<http://www.sakai-syakyo.net/famisupo>)からも申し込み可。先着各20人。

▶大人ママ☆ほっとルーム

就学前の子どもとおおむね40歳以上の保護者(妊娠中の方含む)で、同年代の方と子育ての楽しさや大変さ話したり、友達を作ったりしませんか。5月21日(火)、午前10～11時30分。南区役所2階202会議室で。直接会場へ。



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。5月21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。

▶子育て講座「手洗いのおはなし～バイキンバイバイ～」

正しい手洗い方法を知って、病気や食中毒を予防しましょう。講師は、たべる*たいせつミュージアムガイド・吉崎舞さん。5月30日(木)、午前11～11時30分。未就学児とその保護者が対象。無料。午前10時45分までに直接会場へ。

が、急病などの緊急事態に備えて、かかりつけの医療機関や家族の連絡先などを、家の中の冷蔵庫などわかりやすい場所に貼っておけば、いざという時に役に立ちます。

下記のお住まいの圏域の地域包括支援センターまたは南基幹型包括支援センターでは、書き込み式の「安心連絡シート」「安心連絡カード」をおいていますので、必要な方はご連絡ください。

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。内容など詳しくは、若松台こども園へ。

☎電話 5月7～10日に電話で若松台こども園(☎297-1881 FAX297-1099)へ。先着6組。

やドアを閉めます。また、静電気でも引火する可能性があるため、必ず給油機本体についての静電気除去シートに触れて、体に溜まっている静電気を取り除いてから給油しましょう。また「静電気除去シート」【写真】がない場合は、クルマのボディに触れることでも静電気を除去する効果があります。

☎南消防署(☎299-0119 FAX298-0119)へ。

南保健センター だより

南区役所4階 ☎293-1222 FAX296-2822

▶これから続く / 運動教室「さわやか編」

健康のために運動を始めたい方、自宅でも続けやすい運動を学びませんか。ラジオ体操、ウォーキング、筋力トレーニング、タオル体操を実施します。保健師と歯科衛生士による健康講座もあります。5月17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・靴で、タオル、飲み水を持参。

☎電話 5月7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。

センターへ。先着25人。
▶からだ健やかクッキング～血管からキレイに～

減塩や血糖、血中脂質のコントロールなど、血管に負担をかけない食生活の工夫について学びます。5月29日(水)、午前10時～午後1時、同センターで。おおむね64歳以下の方が対象。無料。エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具を持参。

☎電話 5月7～21日に電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を書いて、同センターへ。先着24人。

5月の教室・相談などの日程(6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)	8日(水)、6月5日(水)
■カミカミ/クワクワ離乳食講習会(9カ月前後)(予約制・無料)	28日(火)
■一般健康相談(無料)	15日(水)
■食生活相談(予約制・無料)	14日(火)
■精神保健福祉相談(予約制・無料)	28日(火)
■成人の歯科相談(予約制・無料)	13日(月)、6月3日(月)
■子どもの歯科相談室(予約制・無料)	8日(水)
■BCG 予防接種(個別通知・無料)	8日(水)
■赤ちゃんといっしょ(予約制・無料)	15日(水)
■妊婦教室(予約制・無料) 3回シリーズ	7日(火)
	21日(火)
	6月19日(水)

◆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。
※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。
※骨粗しょう症予防検診…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	実施場所	定員(先着)
7日(金)	宮山台小学校(宮山台2丁2-1)	45人
6月12日(水)	御池台小学校(御池台2丁3-1)	90人
26日(水)	竹城台東小学校(竹城台1丁10-1)	45人

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。
※6月7・26日は肺がん検診と同時開催

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。無料。
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。便溜めの検査を行います。無料。
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。詳しくはがん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。
☎電話 5月7日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日、希望日、大腸がん検診受診希望の有無を書いて、同センターへ。

※車での場合はご遠慮ください。

肺がん・結核検診日程

日	受付時間	実施場所
4日(火)	13:30～15:30	御池台小学校(御池台2丁3-1)
7日(金)	9:00～11:00	宮山台小学校(宮山台2丁2-1)
6月10日(月)	13:30～15:30	泉北高倉小学校(高倉台3丁5-1)
20日(木)	13:30～15:30	庭代台小学校(庭代台3丁12-1)
26日(水)	9:00～11:00	竹城台東小学校(竹城台1丁10-1)

40歳以上の方が対象。無料。直接会場へ。
検診は胸部エックス線直接撮影で、原則として上半身脱衣で行います。
また、次のいずれかに該当する希望者には、たんば検査も併せて行いますので、検診日の10日前まで、電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日、希望日を書いて、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。無料。
【たんば検査対象者】
⇒喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が400以上の方
⇒6カ月以内に血の混じった汗の匂いが出た方
なお、同検診は医療機関でも受診できます。

段ボール箱の中で生ごみを堆肥に！～生きごみさん講習会～

段ボール箱を使って生ごみの減量・堆肥ができる、環境に優しい生ごみの処理方法「生きごみさん」の作り方・育て方を学びます。できた堆肥は、カーデニングや家庭菜園などに利用できます。講習会

参加者には「生きごみさん」に必要な資料をお渡しします。

5月31日(金)、午後2～3時30分、南区役所。市内在住の方が対象。無料。

☎電話はがきかFAX、電子メールで住所、氏名、電話番号、講習日を書いて、5月21日(必着)までに資源循環推進課(〒590-0078 堺区南瓦町3-1 ☎228-7479 FAX228-7063 3.shijyun@city.sakai.lg.jp)へ。

防災コラム 困った時は#7119～救急安心センターおおさか～

救急車を呼ぶか迷う、病院を受診した方がいいのか判断に迷う、夜間・休日で病院を受診したいがどの病院に行ったらいいかわからないといったときには電話で救急安心センターおおさか(☎#7119(ダイヤル回線やIP電話は、☎06-6582-7119))へ。看護師や相談員が医師の支援体制のもと年中無休で対応し、緊急性の高い相談には直ちに救急車が出動します。
☎南区役所企画総務課(☎290-1800 FAX290-1814)へ。

