



南区役所4階子育て支援課 ☎290-1744 FAX296-2822

▶子育て支援コーディネーター講座
「認定こども園等の入所申請について」**【予約制】**
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、いろいろな疑問にお答えします。

7月25日(木)、午後2～3時、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。

【申込】7月1日、午前10時から直接か電話で同課へ。先着15組。

※また、9月3日(火)、南区役所で同講座を行います。詳しくは8月の南区広報で、また各みんなの子育てひろばでも出張講座を行います。詳しくは南区役所や同ひろばにある「みんなの子育てひろば講座一覧表」でご覧になれます。

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)。

▶子育て講座
初めて利用する方は、登録などの手続きが必要。

▶水かけぞうさんを作ろう
ペットボトルとホースを使って、ぞうさんのかわいい水遊びおもちゃを作ります。

7月11日(木)、午前11～11時40分。未就学児とその保護者が対象。無料。開始15分前までに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。

7月16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。



高齢者の総合相談窓口 地域包括支援センター

【申込】南基幹型包括支援センター
☎290-1866 FAX290-1886 担当:mina mi-kikangata@sakai-syakyonet)

▶熱中症を予防しましょう!

日本の気候は高温多湿で、熱中症になりやすい条件を備えています。高齢になると、暑さやのどの渇きに対する感覚が

鈍くなりますので、これからの季節は熱中症に気をつけなければなりません。

熱中症は、外での激しい運動時に起こしやすいイメージがありますが、温暖化が進んでいる今、部屋の中でも起こります。

熱中症は予防が大切です。喉が渇く前にこまめに水分補給しましょう。また、風通しの良い、涼しい服を選びましょう。エアコンを使用するのを嫌がる高齢者の方もいますが、適切に使用することもおすすめします。

お住まいの小学校区	相談窓口
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

南消防署

サマースクール

▶南消防署サマースクール
子どもたちと消防隊員が消防署でふれあい楽しく防災について学びます。

8月2日(金)、午前10～正午、南消防署で。中学生以下の子ども(未就学児は保護者同伴で)が対象。無料。主な内容は次のとおり。

- ▶消防士になって放水体験
- ▶救助隊になってロープ渡り訓練
- ▶地震体験車で大地震を体験
- ▶消防隊員の顔抜きパネルで写真撮影
- ▶ストップ、ドロップアンドロール講習
- ▶AED・心臓マッサージの講習

▶消防車や救急車の見学や写真撮影

※雨天の場合は、内容を一部変更。

【申込】7月1～12日に南消防署、区役所市政情報コーナーにある申込用紙(南消防署ホームページからもダウンロード可)を南消防署(☎299-0119 FAX298-0119)へ。先着50人。

駐車台数に限りがありますので、来場にはなるべく公共交通機関をご利用ください。



消防局

Net119登録説明会を開催

7月23日(火)、午後2～5時、南区役所3階301会議室で。無料。直接会場へ。

聴覚・言語機能障害のある方に対応した119番通報システム「Net119」の登録説明会を開催します。

「Net119」とは、スマートフォンなどを利用して、音声によらない119番通報ができるシステムです。

通報者と通信指令室で、チャットによる文字情報のやりとりを行い、GPS機能で自分の位置を伝えることができます。

※迷惑メールを設定している場合、登録

説明会までに3つのドメイン「@h-net119.com」「@sakai119.jp」「@city.sakai.lg.jp」からのメールを受け取れるようにしてください。

迷惑メール設定が不明な場合は携帯電話会社に問い合わせください。

【申込】堺市消防局警防部通信指令課(☎238-6053 FAX223-6938)へ。



南保健センター **だより**

▶血圧が気になる方の運動教室
血圧が気になり始めた方にお勧めの運動教室です。講師は健康運動指導士・澤田浩幸さん。

7月19日(金)、午前10～11時30分、同センターで。南区在住の20～64歳の方が対象。無料。フェイスタオル2枚と飲み物を持参。

【申込】7月4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25人。

▶小学生親子クッキング
食育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、調理実習などを行います。メニューは、豆腐クリームのパンクラタン他。

【申込】7月4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25人。

【申込】7月4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25人。



過去の料理

8月2・9日、午前10時～午後2時、同センターで。小学生とその保護者が対象。無料。エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具、水分補給のための飲み物を持参。

【申込】7月2～26日に電話か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、同センターへ。先着各15組。

▶未就学児親子クッキング
親子と一緒に作る楽しさを体験しませんか。いずれも同センターで。4～6歳児とその保護者が対象。無料。エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具、水分補給のための飲み物、牛乳パック(16日のみ)を持参。

▶野菜を使っておやつをつくらう♪
8月14日(水)、午後1～3時30分。講師は製菓衛生師・四宮美幸さん。

▶親子でカンタン押し寿司をつくらう♪
8月16日(金)、午前10時～午後1時。

【申込】7月2日～8月6日に電話かFAXで、参加者全員の住所、氏名、電話番号、年齢、希望日(両日参加希望の方は第1・2希望)を書いて、同センターへ。先着各10組。

7月の教室・相談などの日程(8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)	3日(水)、8月7日(水) 10:30～11:30
■一般健康相談(無料)	17日(水) 9:00～11:00
■食生活相談(予約制・無料)	9日(火) 14:30～16:30
■精神保健福祉相談(予約制・無料)	23日(火)、26日(金) 14:00～16:00
■成人の歯科相談(予約制・無料)	8日(月)、8月5日(月) 13:30～15:30
■子どもの歯科相談室(予約制・無料)	10日(水) 9:30～11:00 24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	10日(水)、24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	17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カ月の方が対象	7月2日(火) 13:30～16:00 7月16日(火) 10:00～15:00 8月21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。
- ◆上記以外にも健康・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(一部無料の場合あり)。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(一部無料の場合あり)。18歳以上の市民の方が対象。
- ◆調理従事者などの検便(腸内細菌検査)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)
8月2日(金)	横塚台小学校(横塚台3丁39-1) ※車でのご来場はご遠慮ください。	45人
8月29日(木)	南保健センター	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。

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、エックス線造影撮影(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。便潜血検査を行います。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(受付は午前9時～午後8時(12月29日～1月3日を除く)))へ。

【申込】7月2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相談センターへ。

肺がん・結核検診日程

日程	実施場所
8月6日(火)	赤坂台小学校(赤坂台2丁2-1)
8月22日(木)	横塚台小学校(横塚台3丁39-1)

受付時間 9:00～11:00
※車でのご来場はご遠慮ください。

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、前検査も併せて行いますので、検診日の10日前までに、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。

【たん検査対象者】
①喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が400以上の方
②6カ月以内に血の混じったたんの出た方
なお、同検診は医療機関でも受診できます。

天候の悪化などにより、検診や教室を止むを得ず中止する場合があります。実施の有無については、お問い合わせください。