



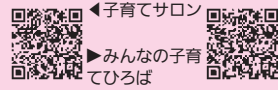
子育て支援課だより

南区役所 4階
☎290-1744 FAX296-2822

■南区の子育てサロン・みんなの子育てひろばに遊びに行こう!!

子育てサロンやみんなの子育てひろばに行って、親子で交流したり、遊んだりしませんか。

開催時間や開催場所については、下記の2次元コードからアクセスできるサイト参照。



※子育てサロンやみんなの子育てひろばの情報については、南区おでかけマップや子育て応援アプリにも載っています。

■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。初めて利用する方は、登録などの手続きが必要。

▶【1月の子育て講座】仲良しハンドマッサージ
保護者同士でハンドマッサージをし

て、交流を深めましょう。

1月27日(月)、午前11～11時40分。就学前のおさんとその保護者が対象。予約不要。先着20組。無料。開始15分前までに受け付けをお済ませください。

▶【2月の子育て講座】親子ヨガ講習会要予約

親子で一緒にヨガをしながら楽しい時間を過ごしませんか?

2月6日(木)、午前11～11時30分。講師は全米ヨガアライアンス RYS 200取得のヨガ指導者・篠原綾夏さん。無料。☎1月29日、午前10時から電話か直接で同課へ。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。同じような月齢のお子さん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。身長・体重も測定できます。

1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。



南保健センターだより

南区役所 4階
☎293-1222 FAX296-2822

▶南区自主活動グループ「ディスコン楽遊会」参加者募集

ディスコンはカーリングに似たニュースポーツで、体への負担も少なく、適度な運動ができます。仲間づくりや認知症予防にもつながるため、シニア層を中心に広がっています。

南区では9校区(庭代台、新檜尾台、三原台、城山台、茶山台、桃山台、宮山台、晴美台)で活動を行い、全体交流会も年3回開催しています。

入会方法や活動については同センターへ。

▶これなら続く!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、タオル体操を行います。保健師と歯科衛生士による健康講座もあります。

1月17日(金)、午前10～11時30分。同センターで。20～64歳の方が対象。無料。運動しやすい服装・靴で、タオル、飲み物を持参。

☎1月6日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。先着25人。

▶託児付き!食育クッキング～野菜を使った簡単スイーツとランチ～

野菜を使ったおいしいスイーツとランチをつくりませんか。プロのパティシエからお菓子づくりのポイントを学びます。講師は製菓衛生師・四宮美幸さん。



前回の写真

1月29日(水)、午前10時～午後1時、同センターで。2歳以上の未就学児の保護者が対象。託児あり(要予約。先着10人)。無料。エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具を持参。子どもの食事は各自持参してください。

☎1月6～22日に電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢、子どもの年齢、託児の有無を同センターへ。先着18人。

1月の教室・相談などの日程(2・3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)、2月5日(水) 10:30～11:30
■一般健康相談(無料)	15日(水) 9:00～11:00
■食生活相談(予約制・無料)	
■精神保健福祉相談(予約制・無料)	14日(火) 14:30～16:30
	24日(金)、28日(火) 14:00～16:00
■成人の歯科相談(予約制・無料)	20日(月)、2月3日(月) 13:30～15:30
■子どもの歯相談(予約制・無料)	8日(水) 9:30～11:00
	22日(水) 13:30～15:00
■BCG予防接種(個別通知・無料)	8日(水)、22日(水) 13:00～15:00
1歳未満の子も対象 生後5カ月児に個別通知	
■赤ちゃんといっしょ(予約制・無料)	15日(水) 13:30～15:30
生後4カ月未満の子とお母さんが対象	
	2月4日(火) 13:30～16:00
■妊婦教室(予約制・無料)3回シリーズ	2月18日(火) 10:00～15:00
妊娠5～6カ月の方が対象	3月18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。	
※入浴・転倒の検査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。	
※母乳しよけ予防検診…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。	



地域包括支援センターだより

高齢者の総合相談窓口

南基幹型包括支援センター
☎290-1866 FAX290-1886
〒1minami-kikangata@sakai-syakyo.net

■認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し地域で温かく見守るサポーターの養成講座を行います。受講者にはオレンジリングを差し上げます。

1月30日(木)、午後2～3時30分(受け付けは午後1時30分から)、南区役所

2階201・202会議室で。堺市在住・在勤の方が対象。無料。先着70人。

☎受付中。電話かFAX、電子メール(minami@sakai-syakyo.net)で住所、氏名、電話番号、年齢、「認知症サポーター養成講座希望」を1月24日までに同センターへ。

お住まいの小学校区	相談窓口
美木多(鶴谷台含む)・赤坂台・新檜尾台・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



1月17日(金)、午前11時ごろから南区役所正面玄関前で餅つき大会を実施します。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できます。大人も子ども笑顔がいっぱい広がる楽しい交流の場にしましょう。無料。直接会場へ。なくなり次第終了。荒天中止。

☎南区役所地域福祉課(☎290-1812 FAX290-1818)。

1月26日は「文化財防火デー」

毎年1月26日を「文化財防火デー」として、全国的に文化財保護の運動が行われます。

南消防署では、1月26日(日)、午前9時30分から櫻井神社(南区片蔵645番地)で消防隊3隊16人と櫻井神社自衛消防隊

62人とで通報、文化財撤出、避難誘導および実際に放水を行う消火訓練を実施します。ま

た、南区の文化財建造物に対して立入検査を行い、関係者の防火意識の高揚に努めます。貴重な南区の財産である文化財を後世に残すため、皆様のご理解・ご協力をお願いします。

☎南消防署(☎299-0119 FAX298-0119)。



経済センサス-基礎調査

経済センサス-基礎調査を実施しています。この調査は、総務省が市町村を経由して実施するもので、調査員が全国すべての事業所の活動状態を实地に確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。

府知事が任命した調査員が3月までに市内全域を調査しますので協力をお願いします。なお、記入いただいた調査票は、統計上の目的以外に使用することはありません。

☎南区役所企画総務課(☎290-1800 FAX290-1814)か企画部調査統計担当(☎228-7450 FAX222-9694)。

JICA ボランティア森口さんと若杉さんが堺市を表敬訪問

11月26日、南区在住の国際協力機構(JICA)ボランティアの森口智之さん【写真右】と若杉美徳さん【写真左】が堺市を表敬訪問しました。

森口さんはタンザニアの職業訓練校で2年間、PCインストラクターとして尽力されました。PCの授業では、学生が楽しく授業に集中できるように工夫されたほか、PC不足という問題に対して、日本の大学や企業に働きかけPCを寄付してもらおうなどの活動を行われました。今後は経験を生かし、国際的に貢献していきたい、また、みなさまへのメッセー

ジとして、青年海外協力隊に参加してほしいと話されました。

若杉さんはインドの大学で今後2年間、日本語教師として活動を行います。「学生や先生はもちろん、日々の生活の中で現地の方とたくさん交流し、日本の中で現地の方とたくさん交流し、意気込みを語りました。

☎南区役所企画総務課(☎290-1800 FAX290-1814)。

