



子育て支援課だより

南区役所 4階
☎290-1744 FAX296-2822

▶【南区ばばてらす】予約制
「はじめてのババの育児講座」これからババを楽しむために知っておきたい5つのこと

わが子はかわいい、でも子育てについて「これで良いのかな」と不安になることも多いものです。パパがババを楽しむための「コツ」についてお話します。講師は兵庫医療大学看護学部助教・阿川勇太さん。

11月29日(日)13時30分～15時30分、THE PARK OHASU(大連公園内)で。プレババ、プレママ(第1子出産を控えた方)・第1子が1歳未満の父母が対象。

☑受付中。堺市電子申請システム(二次元コード)で11月13日17時までに同課へ。先着12組。無料。



▶南区子どもの育ち応援講演会『しつけ』と『体罰』はどうちがうの？

体罰が子どもに与える影響をわかりやすくお伝えします。たたかない、感情的にならない子育てのヒントについてお話します。

講師はNPO法人児童虐待防止全国ネットワーク理事・高祖常子さん、大阪府子ども家庭サポーター・辻由起子さん。

12月2日(水)14～15時30分、Microsoft Teamsのライブイベントによる開催および録画配信。

☑堺市電子申請システム(二次元コード)



で11月2日9時～25日17時30分。申し込み後に詳細を送付。無料。
※アプリのダウンロードや、視聴時のインターネット回線使用の料金などはご自身の責任において、ご負担をお願いします。

南区役所2階子育てひろば

「みみちゃんルーム」

ネット予約できます!!

9月より「みみちゃんルーム」の予約がインターネットでもできるようになりました。

▶【利用方法】要予約

時間ごとに各4組ずつの予約制。午前の部：10時30分～12時。午後の部：13時30分～15時。入室時に検温チェックと問診がありますのでご了承ください。また、入室後も当面は家族ごとに2mの距離をあけて遊んでいただくようお願いいたします。

▶【予約方法】

▷インターネット予約

〈予約時間〉

- ・午前の部：前日0時～当日8時30分。
- ・午後の部：前日0時～当日11時30分。

▷電話予約＝予約専用電話は☎297-1744

〈予約時間〉

- ・午前の部：前日の10～12時と12時45分～16時。
- ・午後の部：午前の部の受付時間に加えて当日10～12時。

※連日、続けてのご利用はご遠慮ください。



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

〒545-0851 堺市西区千原町1-1-1 minami-kikangata@sakai-syakyonet

車がなくても充実した生活を!

府では交通事故の数が全体的に減っているなか、高齢者が関連する交通事故件数の割合は、年々増加しています。ゆとりのある運転を心がけることに加えて、安全な運転に不安がある場合は、運転適性相談窓口を利用したり、運転免許の自主返納を考えてみたりしてはいかがでしょうか。運転免許を返納(申請による取消)すれば、生涯身分証明書として

使える「運転経歴証明書」の交付を受けることができます。

また車がなくても生活が不便にならないように、「通院送迎」や「買い物支援サービス」、「おでかけ応援バス」など、利用できるサービスをまとめたパンフレット「車がなくてもいきいき生活(ライフ)」を作成し、下表の地域包括支援センターでお渡しています。

| お住まいの小学校区 | 相談窓口 |
|--------------------------|-------------------------------------|
| 美木多(鴨台含む)・赤坂台・新槍尾台・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・城北高倉・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

「第42回小学生防火絵画展」を開催します!

南消防署では、防火意識の普及を図ることを目的として、昭和53年から



ら南区の小学5・6年生を対象に小学生防火絵画展を開催しています。今年で42回目を迎え、各小学校から昨年を超える多数の応募をいただきました。

そのなかでも最優秀賞など特別賞7作品を秋の火災予防運動期間中の11月9～12日、南区役所1階コピーで展示します。ぜひご覧ください。

また、この7作品で作成する防火ポスターを南区の各事業所、小学校や自治会に配布し、火災予防の啓発を行います。

☎南消防署(☎299-0119 FAX298-0119)



南保健センターだより

南区役所 4階
☎293-1222 FAX296-2822

教室・相談などの日程

| 事業名 | 日程 | 時間 | 対象・内容 |
|--|-----------|-----------------------------|--|
| 離乳食講習会(予約制・無料) | 11月4日(水) | ①9:30～10:10 ②10:30～11:10 | 5～6カ月児の保護者が対象。離乳食初期の話、調理の実演があります。 |
| カミカミ・パワパク離乳食講習会(予約制・無料) | 12月2日(水) | | 8～10カ月児の保護者が対象。3回食への進め方の話。保護者の試食があります。 |
| 生活習慣病予防相談(予約制・無料) | 11月27日(金) | 9:30～11:00 | 検査を伴わない健康相談。 |
| 食生活相談(予約制・無料) | 11月18日(水) | | 管理栄養士による生活習慣病予防など食生活についての相談。 |
| 検査・相談(肝炎ウイルス検査・風しん抗体検査・HIV検査・梅毒検査・クラミジア検査)(無料)(HTLV-1検査)〈堺市民のみ・有料〉 | 11月10日(火) | 14:30～16:30 | 診断書の発行はできません。肝炎ウイルス検査・風しん抗体検査については対象者の条件があります。 |
| 精神保健福祉相談(予約制・無料) | 11月24日(火) | 14:00～16:00 | こころの病気・アルコール問題などで悩む方や家族の相談。 |
| 成人の歯科相談(予約制・無料) | 11月9日(月) | | 13:30～15:30 |
| 子どもの歯相談室(予約制・無料) | 11月30日(月) | 9:30～11:00 | 歯科医師による検診と相談。1歳6カ月～4歳未満の子どもには、フッ素塗布あり(1回限り)。 |
| BCG予防接種(個別通知・無料) | 11月2日(月) | | 13:30～15:00 |
| 赤ちゃんといっしょ(予約制・無料) | 11月4日(水) | 13:00～15:00 | 生後5カ月児に個別通知。1歳未満の子どもが対象。 |
| 赤ちゃんといっしょ(予約制・無料) | 11月25日(水) | | 生後4カ月未満の子どもと保護者が対象。 |
| 妊婦教室(予約制・無料) | 11月18日(水) | 13:30～15:30 | 妊婦とその家族が対象(子どもの同伴不可)。 |
| 妊婦教室(予約制・無料) | 11月17日(火) | 13:15～15:20 | 妊婦とその家族が対象(子どもの同伴不可)。 |
| 骨粗しょう症予防検診(予約制・有料) | 12月9日(水) | | 13:00～15:00 |

○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)(無料)…個別通知。
転入転出の場合は同センターへお問い合わせください。
○検便(腸内病原菌等)検査(有料)月～金曜日(祝日を除く)の9～11時。
○難病に関する相談(無料)

新型コロナウイルスの影響や天候の悪化などに伴い中止や延期となることがあります。実施の有無については、お問い合わせください。

がん検診

【集団検診・予約制・無料】

胃がん検診(バリウムによる間接撮影)・大腸がん検診
対象50歳以上の偶数年齢の方。先着25人。

| 日程 | 実施場所 | 時間 |
|----------|---------|----------|
| 12月3日(木) | 南保健センター | 9～11時30分 |

大腸がん検診のみの受診は不可。

乳がん検診(視触診とマンモグラフィ)
対象40歳以上の偶数年齢の方
午前は40歳代で先着18人、
午後は50歳代以上で先着30人

| 日程 | 実施場所 | 時間 |
|-----------|---------|--------------------------|
| 12月10日(木) | 南保健センター | 10～12時(午前) 13～15時(午後) |

☑胃がん・大腸がん検診は11月2日から、乳がん検診は11月4日から、がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636(9～20時))へ。
詳しい受付時間は、予約受付後に送付する検診通知でご確認ください。なお、無料がん検診は、医療機関でも受診可能。詳しくは市ホームページ参照。

おうちフィットネス講座

今こそ体質改善/運動のプロから無理なく続けるコツを学びませんか。講師はみんなのWellnet代表理事・阪本裕野さん。自宅でもできる簡単エクササイズのほか、食生活やデンタルケアなどの健康講座もあります。

12月4日(金)、9時30分～11時、南保健センターで。20～64歳の方が対象。無料。

☑受付中。電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。先着10人。