

住宅火災から命を守る10のポイント

堺市消防局管内における令和8年1月の火災による死者数は7人です。わずかに1カ月で昨年1年間の死者数に達しています。

住宅火災の主な原因は、コンロやコンセントなど、普段皆さんが使用している身近なものです。火災を防ぐため、命を守る4つの習慣と6つの対策を心掛けましょう。

問 西消防署 (☎274-0119 FAX271-1122)

4つの習慣

- 寝たばこは絶対にしない、させない
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- こんろを使うときは火のそばを離れない
- コンセントはほこりを清掃し、 unnecessary プラグは抜く

6つの対策

- 出火防止: 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
- 早期発見: 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- 延焼拡大防止: 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防火用品を使用する
- 初期消火: 火災を小さいうちに消すために、消火器を設置し、使い方を確認しておく
- 早期避難: お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- 地域の助け合い: 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

西保健センター通信

西区役所2・3階 ☎271-2012 FAX273-3646

▶みんなで食べるとおいしいね!

パーティーメニューを作ろう

大型連休にかけて、家族だけでなく、いろいろな人と食事をする機会が増えます。みんなで楽しく食べることができる料理の紹介と調理実習をします。管理栄養士から食事のポイントについての話もあります。

日時 4月23日(木)10時15分～13時30分



申込 4月7日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号を同センターへ。先着順。

▶ひらめき脳トレプラス教室

認知症予防のための運動や脳の活性化につながるプログラム、口腔ケアや口の機能向上、健康に保つための食生活について学びましょう。

日時 5月21日～8月6日の木曜日9時30分～11時30分(全12回)

対象 市内在住の65歳以上で全回参加でき、介護認定を受けていない・主治医から運動を禁止されていない方
申込 4月13～27日、電話かFAXで、住所、氏名、生年月日、電話番号を同センターへ。抽選。

マタニティスクール 要予約 対象 西区在住の妊婦とその家族	5月15日	13:00～16:00
離乳食講習会 要予約 対象 西区在住で5～6カ月児の保護者	4月8日 4月28日	10:15～11:15
赤ちゃん広場 要予約 対象 市内在住の1カ月健診後～4カ月児とその保護者	4月6日 5月11日	9:30～11:30
多胎児交流会 対象 市内在住で就学前の多胎児・多胎児の妊婦とその家族	4月9日	10:00～11:30
成人の歯科相談 要予約 対象 市内在住の成人(親子での受診可)・妊婦	4月15日 4月22日	13:30～15:30
こどもの歯相談室 要予約 対象 市内在住の乳幼児～中学生	4月7日	13:30～15:00
	4月15日	9:30～11:00
食生活相談/生活習慣病予防相談 要予約	4月15日 5月20日	9:30～11:00
精神保健福祉相談 要予約	4月2・21・28日	14:00～16:00
エイズ相談/HIV・梅毒・クラミジアのセット検査 肝炎検査/風しん抗体検査/HTLV-1検査 対象者条件あり。HTLV-1検査のみ有料。	4月7日 5月19日	9:15～10:45

※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)…通知が届かない方や、転入転出のときは保健センターへ。
※育児相談、難病相談もできます。

妊婦や乳幼児のママ・パパへの情報や教室の案内はこちら→



大人の方への情報や教室の案内はこちら→



西老人福祉センターの催し

西区鳳東町6丁600 ☎275-0850 FAX275-0860

対象 市内在住で60歳以上の方
先着順

▶自転車安全講習会

4月から変わった自転車の交通ルールについて学びましょう。

日時 4月3日(金)10～11時

▶写経

集中力を高めて、気持ちをリフレッシュしましょう。

日時 5月1日(金)10～11時30分

申込 4月17日から直接か電話で同センターへ。

▶ビーズストラップ工作

細かい作業で楽しく脳を活性化しましょう。

日時 5月14・16日13時30分～14時30分

申込 4月30日から直接か電話で同センターへ。

▶市民開放日～どなたでも大歓迎!一緒に楽しみませんか～

さまざまな地域の方と交流できます。小学生以下は保護者同伴。先着順。

内容	日時	申込
防犯・詐欺被害防止講座	4月13日(月)10～11時	直接会場へ
色鉛筆ぬりえ	4月13日(月)13時30分～15時	4月2日から直接か電話で同センターへ
ゲーム会	4月24日(金)13時30分～14時30分	4月10日から直接か電話で同センターへ
初めての堺コッカラ体操	4月30日(木)13時30分～14時	直接会場へ

家原大池体育館情報

西区家原寺町1丁18-1 ☎271-1718 FAX271-1793
休館日 4月22日
開館時間 8～21時

▶ボディメンテナンス

～ボディキネシス～

機能改善体操(ボディキネシス)で体の要となる骨盤周りを中心に内側から丁寧に整えていきます。

日程 4月6・13・20・27日11～12時(全4回)

対象 15歳以上の方(中学生除く)

有料(要申込)先着順

にしにし市

西区障害者基幹相談支援センター ☎271-6677 FAX274-7700

西区の作業所で作ったお菓子やパン、弁当、雑貨などの授産品を販売します。

日時 4月16日(木)11～13時

場所 西区役所1階玄関ホール



写真は過去に出品された授産品の一例です。

多彩な授産品が揃い、選ぶ楽しさが広がります

西図書館からのお知らせ

西区鳳南町4丁444-1 ☎271-2032 FAX271-3002
休館日 4月6・13・20・27日
開館時間 火～金曜日=10～20時
土・日曜日、祝休日=10～18時

イベントは全て先着順。

▶あつまれ!絵本のお部屋♪

絵本の読み聞かせや紙芝居、てあそびを一緒に楽しみましょう。

日時 4月9日(木)11～11時20分

場所 同館2階ほんのえき

▶赤ちゃんといっしょ

赤ちゃん体操や絵本の読み聞かせと、看護師・保健師による赤ちゃんの健康相談をします。

日時 4月15日(水)読み聞かせは10時25～50分、11～11時25分、健康相談は10時30分～12時

場所 同館2階ほんのえき

対象 0～2歳児とその保護者

▶まちな保健室

気軽に健康相談in図書館

看護師・保健師による健康チェックが受けられます。

日時 4月15日(水)10時30分～12時

場所 同館2階ラーニングスペース

▶おはなし会

昔話を聞いたり、絵本を読んでもらったりしましょう。

日時 毎週土曜日15～15時30分

場所 同館4階おはなし室

▶4月ブックフェア

▷一般向け=じてん・ことてん

▷児童向け=おでかけしませんか

▷健康相談コーナー=ストレス発散

4月移動図書館

※交通事情により遅れることがあります

浜寺元町5丁・旧地車庫前	7・21日	14:50～15:50
津久野小学校 正面玄関前	9・23日	14:30～16:00
サンヴァリエ津久野集会所前	10・24日	10:00～11:00
浜寺三光会館	11・25日	10:00～11:30
浜寺公園駅前		10:00～11:00
浜寺船尾会館内	15日	13:30～14:30
石津太神社境内前		14:50～15:50