

経済センサス-基礎調査

本調査は、総務省が市町村を経由して実施するもので、調査員が全国全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の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。
西西区役所企画総務課 ☎275-1901 FAX 275-1915 か企画部調査統計担当 ☎228-7450 FAX222-9694。



西老人福祉センターの催し

☎275-0850 FAX275-0860
いずれも西老人福祉センター(西区鳳東町6丁600)大広間で。市内在住の60歳以上の方が対象。無料。直接会場へ。先着各30人。
▷堺コッカラ体操=楽しく体を動かしながら脳を活性化させ、心と体を元氣にする体操です。

1月8日、午前10~11時、1月25日、午後1時30分~2時30分。動きやすい服装で。
▷介護予防教室=介護の仕方や介護予防について学びます。
1月30日(木)、午前10~11時30分。

子育て支援課だより

☎343-5020 FAX343-5025
▶プレママ・パパ&フレッシュママ・パパサロン「マタニティヨガ」[写真]



助産師によるマタニティヨガを開催します。妊娠初期から後期の方まで受けることができます。ヨガの後の交流会では、助産師が妊娠中の楽しみや不安、悩みについて応えます。
1月25日(土)、午前9時45分~11時45分、ほほえみルーム(西区役所1階正面玄関横)で。35歳以上のプレママ(妊婦)、プレパパが対象。無料。母子健康手帳とタオル、飲み物、着替えを持参。
☎1月8日、午前10時から電話かFAXで住所、氏名(ふりがな)、電話番号を、同課へ。第1子を出産予定の方を優先のうえ、先着10組。

▶仕事と育児の両立について話そう~仕事復帰後の生活について~

育児休業後に仕事復帰する際の不安を解消するため、育児と仕事の両立に関する制度の紹介や経験者の体験談を通して、円滑な仕事復帰を支援します。
1月29日(水)、午前10~11時30分、西区役所地下1階会議室で。4月以降に仕事復帰するパパ、ママと子どもが対象。無料。
☎1月17日、午前10時から電話かFAXで、住所、氏名、電話番号を、同課へ。西区在住で第1子の育児休業から仕事復帰する方を優先のうえ、先着18組。

▶親子ルーム
親子で楽しく遊びながら子育ての交流をしましょう。

2月6・13・20・27日(全4回)、午前10~11時45分、西区役所地下1階会議室で。生後6~12カ月の未就園児(2月1日現在)とその保護者が対象。無料。
☎1月14~16日、午前10時~午後5時に電話かFAXで住所、氏名(ふりがな)、電話番号を、同課へ。抽選15組。
45分~4時。
▶おたのしみデー「心地よい抱っこおんぶを!」
赤ちゃんもママもしんどい抱っこになっていませんか。案で動きやすく、心地よい抱っこやおんぶの方法を教えます。
1月17日(金)、午前11時~正午、同ルームで。未就学児とその保護者、妊婦が対象。直接会場へ。

本ほどもどろ 西図書館 からのお知らせ

西区鳳南町4丁444-1 鳳保健文化センター4階 ☎271-2032 FAX271-3002
開館時間
火~金曜日=午前10時~午後8時
土・日曜日、祝日=午前10時~午後6時
休館日 1月1~3・6・20・27日(返却ポストは1月4日、午前9時まで使用できません)
①~④は、いずれも西図書館おはなし室で。無料。直接会場へ。先着各30人。
①おはなし会
子ども向けの昔話の語り聞かせや絵本の読み聞かせなどを楽しく催します。
1月4・18・25日、2月1日、午後3~3時30分。
②あつまれ!絵本のお部屋♪
幼児向けの絵本の読み聞かせです。
1月9日(木)、午前11~11時30分。

③手話おはなし会
手話で絵本の読み聞かせなどを楽しむ子ども向けの催しです。
1月11日(土)、午後3~3時30分。
④赤ちゃんといっしょ~親子のためのおはなし会~
手遊びや絵本の読み聞かせをします。
1月15日(水)、午前10時30~50分、10時50分~11時10分。どちらも同じ内容です。赤ちゃんとその保護者が対象。
⑤読書会のご案内
同じ本を読んで、感想を語り合いませんか。本は図書館で用意します。
毎月第2金曜日、午前10時30分~午後0時30分、西図書館3階会議室で。
☎電話で同館へ。
▶1月のブックフェア
▷一般向け=「芥川賞・直木賞だけじゃない賞をとった本たち」▷児童向け=「わくわくドキドキぼうけんだ!」▷健康情報コーナー=「冷感性よ、さようなら」

区役所子育てひろば ほほえみルーム

西区役所1階正面玄関横
未就学児とその保護者や妊婦が交流したり、おもちゃで遊んだりできます。気軽に遊びに来てください。子育て相談に応じるほか、地域の子育て支援情報も提供します。開設日時は~金曜日(祝休日を除く)、午前10時~正午、午後0時

移動図書館 1月の西区巡回日程

日	時間	巡回先
7日(火)	14:50~15:50	浜寺元町5丁・地車庫前
8日(水)	10:00~11:00	浜寺公園駅前
	13:30~14:30	浜寺船尾会館内
9日(木)	15:00~16:15	津久野小学校正面玄関前
11日(土)	10:00~11:30	浜寺三光会館
17日(金)	10:00~11:00	サンヴァリエ津久野集会所前

※交通事情により遅れることもあります。
※西区以外の巡回日程などは中央図書館 ☎244-3811 FAX244-3321へお問い合わせください。
※図書館ホームページでもご覧いただけます。

日	時間	巡回先
21日(火)	14:50~15:50	浜寺元町5丁・地車庫前
22日(水)	10:00~11:00	浜寺公園駅前
	13:30~14:30	浜寺船尾会館内
	14:50~15:50	石津太神社境内前
23日(木)	15:00~16:15	津久野小学校正面玄関前
25日(土)	10:00~11:30	浜寺三光会館
31日(金)	10:00~11:00	サンヴァリエ津久野集会所前

西保健センターつうしん

西区鳳南町4丁444-1
☎271-2012 FAX273-3646



体幹ストレッチ教室

自宅で行えるストレッチや運動を毎日の生活に取り入れてみませんか。運動前後のウォーミングアップやクールダウンなどを学びます。
1月31日(金)、午前10~11時30分、西保健センターで。無料。動きやすい服装で、運動靴、タオル、飲み物を持参。
☎電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号を、同センターへ。先着25人。

日曜日に胃がん検診・大腸がん検診を実施

3月8日(日)、午前9時、西保健センターで。50歳以上の偶数年齢の方が対象。無料。
☎電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を、2月23日までにがん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。

塩分測定器を貸し出します

生活習慣病予防を目的に、家庭の味噌汁やスープなどの塩分濃度を測定できる塩分測定器を貸し出します。貸出期間は1週間。無料。
☎電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話・FAX番号、貸出希望日を、西保健センターへ。先着順。

特定健康診査を受けましょう「年に1度は健診を」

市では40~74歳の国民健康保険に加入している方を対象に、特定健康診査(特定健診)を実施しています。年に1回、受診券を送付していますので、平成31年4月以降に特定健診をまだ受けていない方はなるべく早く受診してください。受診期限は、3月末です。なお、受診券を紛失した場合は、西保健センターへ問い合わせてください。

75歳以上の方の健診は大阪府後期高齢者医療広域連合が実施します。国民健康保険以外に加入している方は、ご加入の医療保険者に問い合わせてください。

事業名	日程	時間	対象・内容
健診	マタニティスクール(予約制) 無料	1月10日 13:00~16:00	妊娠5~7カ月の妊婦が対象。 1回目:赤ちゃんを迎える準備~もくろみ学習(1/10の参加可能) 2回目:妊娠中の食事の話と料理、歯の話と歯科検診 3回目:分娩の経過、先輩ママ・赤ちゃんとの交流会
	離乳食講習会(予約制) 無料	1月8日 10:30~11:30	生後5~6カ月の子どもとその保護者が対象。 離乳食初期の話と調理実演。
	BCG予防接種 無料	1月7日 13:00~15:00	生後5カ月児に個別通知。1歳未満が対象。 受付時間12:45~13:40
	赤ちゃん広場 無料	1月6日 10:00~11:30	第1子で、1カ月健診後~生後6カ月の子どもとその保護者の交流会。希望者には保健師や助産師などによる個別相談。
相談	(多胎児サークル) ミックスベジタブル 無料	1月16日 10:00~11:30	就学前の多胎児とその家族、多胎児を妊娠中の方の交流会。1月は保健師の話。2月は絵本の読み聞かせ。
	成人の歯科相談(予約制) 無料	1月20日 13:30~15:30	歯科医師による検診と相談。歯科衛生士による歯磨き指導。成人・妊婦が対象。親子で歯科相談も可。
	子どもの歯科相談室(予約制) 無料	1月14日 9:30~11:00	歯科医師による検診と相談。1歳6カ月~3歳11カ月の子どもにはフッ素塗布あり(1回限り)。
	食生活相談(予約制) 無料	1月7日 9:00~11:00	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。
教室	精神保健福祉相談(予約制) 無料	1月9日 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。
	一般健康相談(血液検査)	1月7日 9:00~11:00	エイズ相談・検査(無料)。診断書の発行はできません。梅毒・クラミジア(エイズ検査とセットの場合は無料)。風しん抗体検査(対象者条件あり)。結果は後日保健センターで渡します。
	骨粗しょう症予防検診(予約制) 有料	2月18日 9:00~9:15 10:00~10:15	検診と結果説明。医師・管理栄養士と保健師による相談。検診時間は1時間程度かかります。
	他に次の健診・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)~個別通知します。転入転出のときは保健センターへご連絡ください。※育児相談 ※アレルギーマスターゼン息予防教室 ※難病に関する相談 ※調理従事者などの検便(腸内病原菌)検査受付(有料)~月~金曜日(年末年始、祝休日を除く)、9:00~11:00		