

西区長杯 ディスカン大会 優勝は津久野校区

2月15日、家原大池体育館で西区長杯 ディスカン大会を開催しました【写真】。大会は各校区1試合3人のチームで予選リーグ3試合を行い、上位4校区での決勝トーナメントを行いました。

優勝は津久野校区、準優勝は浜寺石津校区、3位は福泉上校区、4位は福泉東校区でした。

当日は、熱のこもった試合や観戦者の応援で、活気にあふれた大会になりました。



西區役所企画総務課(☎275-1901 FAX 275-1915)

ウェスティ文化講座参加者募集

西区鳳南町6丁600 ☎275-0120(月曜日休館) FAX275-0130

次の文化講座の参加者を募集します。詳しくはウェスティホームページ参照。

- ▷アロハノフラ=4~7月の第1・3・5火曜日(祝日を除く)(全8回)、午後6時30分~8時。費用9,300円。先着25人。
- ▷ダンス&ヴォーカールスクール=4~7月の火曜日(全16回)、午後6時30分~8時。小学3年生~中学3年生が対象。1レッスン600円の月謝制。先着25人。
- ▷かな書道=4~7月の第2・4水曜日(全8回)、午後1~3時。費用8,800円。先着20人。
- ▷ママのための骨盤ピラティス=4月9・23日、5月14・28日、6月11・25日、7月9・30日(全8回)、午前9時30分~10時45分。費用8,800円。先着20人(乳幼児同伴の参加可)。
- ▷リトミック教室=4~7月の第2・4水曜日(全8回)、①午前10~10時45分、②午前11~11時45分。費用4,800円。①1~2歳、②2~3歳の子どもが対象。先着各13人。

防災・防火お役立ちコラム

安全に利用しましょう
液化石油ガス(LPガス)は一般家庭に広く普及しており、災害時に避難所へ迅速に供給できるなどの強みがありますが、扱い方を誤ればガスが容器(ボンベ)から流出・漏えいし、火災事故を引き起こす場合があります。

安全に使用するために、次のことを確認しましょう。

- ▷容器が転落、転倒しないよう設置しているか
- ▷容器のバルブなどが破損していないか
- ▷マイコンメーターに表示されている使用期限が切れていないか

本子どもたち 西図書館 からのお知らせ

西区鳳南町4丁444-1 西保健文化センター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、祝休日=午前10時~午後6時
休館日 3月2・9・16・23・30・31日
いずれも無料。①~③は直接会場へ。

- ①おはなし会
昔話の語り聞かせや、絵本の読み聞かせなどを行います。3月7・14・21・28日、午後3~3時30分、西図書館おはなし室で。先着各30人。
- 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。3月12日(木)、午前11~11時30分、西図書館おはなし室で。先着30人。
- ③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行います。赤ちゃんとその保護者が対象。3月18日(水)、午前10時30~50分、午前10時50分~11時10分、西図書館おはなし室で。どちらも同じ内容です。先着各30人。

④読書会
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。

⑤直接か電話で同館へ。
▶3月のブックフェア
▷一般向け=「オリンピックを楽しもう!」▷児童向け=「ともだち、できるかな」▷健康情報コーナー=「生活習慣病とは」

▶住所など変更はありませんか
貸出カードをお持ちの方で、引っ越しなどで住所や電話番号が変わった方は図書館へお知らせください。

区民プラザの窓口が変わります

西区役所では、市民活動の支援を目的に西区民プラザを開設していますが、4月1日から窓口を下表のとおり変更します。なお、利用できる施設(ミーティングルーム【写真】、印刷機など)や開設時間に変更はありません。

3月31日までに、4月1日以降の利用予約をされる場合は、堺市社会福祉協議会西区事務所まで受け付けます。

☎事務所(☎275-0255 FAX275-0266)か西区役所自治推進課(☎275-1902 FAX275-1915)



	変更前 3月31日まで	変更後 4月1日から
窓口	西区役所4階 堺市社会福祉協議会 西区事務所	西区役所4階 自治推進課

移動図書館 3月の西区巡回日程

3日(火)	14:50~15:50	浜寺元町5丁・地車庫前	17日(火)	14:50~15:50	浜寺元町5丁・地車庫前
	10:00~11:00	浜寺公園駅前		10:00~11:00	浜寺公園駅前
4日(水)	13:30~14:30	浜寺船尾会館内	18日(水)	13:30~14:30	浜寺船尾会館内
	14:50~15:50	石津太神社境内前		14:50~15:50	石津太神社境内前
5日(木)	15:00~16:15	津久野小学校正面玄関前	19日(木)	15:00~16:15	津久野小学校正面玄関前
7日(土)	10:00~11:30	浜寺三光会館	21日(土)	10:00~11:30	浜寺三光会館
13日(金)	10:00~11:00	サンワリエ津久野集会所前	27日(金)	10:00~11:00	サンワ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。



西保健センターつうしん

西区鳳南町4丁444-1
☎271-2012 FAX273-3646

※駐車スペースが少ないため、公共交通機関をご利用ください。



事業名	日程	時間	対象・内容
マタニティスクール(予約制) 無料 男性(りびり)も参加可 1クール3回	3月13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・もく浴実習(りびりの参加可) 2回目: 妊娠中の食事の話しと料理、歯の話しと歯科検診 3回目: 妊娠中の生活、分娩の経過、先輩ママ・赤ちゃんとの交流会
	3月18日	10:00~15:00	
	3月27日	13:00~16:00	
離乳食講習会(予約制) 無料 4カ月児健診時も予約可	3月4日 4月15日	10:30~11:30	生後5~6カ月の子どもと保護者が対象。 離乳食初期の話しと調理実演。
BCG予防接種 無料	3月3日 3月24日	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。 受付時間12:45~13:40
赤ちゃん広場 無料 (多胎児サークル) ミックスペジタブル 無料	3月2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。 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。3月はお別れ会。4月は身体測定。
成人の歯科相談(予約制) 無料	3月9日 3月23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。親子で歯科相談可。
子どもの歯科相談(予約制) 無料	3月10日 3月25日	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)。
食生活相談(予約制) 無料	3月3日 4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。
精神保健福祉相談(予約制) 無料	3月12日 3月17日 3月24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)	3月3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)。結果は後日西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	5月19日	受付 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・ぜん息予防教室 ※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

高齢者いい歯自慢コンテストの参加者募集

市と堺市歯科医師会が開催する「高齢者いい歯自慢コンテスト」の参加者を募集します。80歳以上(昭和15年3月31日以前に生まれた方)で自分の歯が20本以上あり、保健センターでの審査に参加できる方が対象。各保健センターで審査を行い、特に優秀な方を表彰します。これまでに同コンテストで最優秀賞、大阪府歯科医師会長賞、堺市歯科医師会長賞、優秀賞で表彰された方は応募できません。

☎電話かFAXで住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を、3月2~31日に西保健センターへ。FAXでの申し込みの場合、受け取りの連絡をします。連絡がない場合は問い合わせてください。

歯周病とたばこの関係

歯周病は20代ごろからかかる人が増え、35歳以上になると急増し、最終的には歯を失う恐ろしい病気です。また、たばこを吸う人は、吸わない人に比べて歯周病にかかりやすくなると言われてます。禁煙を心がけ、定期的な歯科健診と毎日の丁寧な歯磨きにより歯周病を予防しましょう。

カミカミ・バクバク離乳食講習会

離乳食をはじめてけれど「あまり食べてくれない」「固さや大きさがあるかわからない」など悩んでいませんか?赤ちゃんの食べる力は、口の機能の発達にあわせて育てていくことが大切です。2回食から3回食の進め方や、大人のメニューからの取り分け方法などについて話します。保護者用の試食も用意しています。3月11日(水)、午前10時30分~11時30分、西保健センターで。生後8~11カ月ごろの子どもの保護者が対象。無料。母子健康手帳を持参。

☎電話かFAXで住所、氏名(ふりがな)、電話番号を同センターへ。先着30人。

胃がん・大腸がん検診

日程	場所	受付時間	申込締切
4月6日(月)	西保健センター	9:00~	3月22日(日)
4月14日(火)	浜寺小学校	11:00	3月29日(日)

50歳以上で偶数年齢の方が対象。大腸がんのみの受診は不可。費用は3月末に決まりますので、検診の案内時にお知らせします。

☎締切日までに電話かFAXで住所、氏名、生年月日、電話番号を、がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。