

介護予防運動教室

教室名	曜日・時間	定員	実施期間(令和2年)
整美操 (バランス調整運動)	月 9:30~10:30	22人	1月13日(月)~3月16日(月)
健美操 (バランス調整運動)	火 11:00~12:00		1月14日(火)~3月17日(火)
ゆっくりストレッチ	木 9:30~10:30		1月16日(木)~3月19日(木)
すっきりリフレッシュ	木 13:00~14:00		
のびのび体操	金 9:30~10:30		1月17日(金)~3月20日(金)

注各教室は実施期間内で全10回(60分/回)

**第4期介護予防運動教室 受講者募集**

内日常生活における身体運動の必要性を理解するとともに、転倒、生活習慣病などによる要介護状態を防ぐことを目的に次のとおり開催します。

対市内在住の65歳以上の人

注1教室のみ申込可

**予約専用電話**  
月~金曜日の午前9時~午後5時30分(祝日は除く)  
TEL 06・6992・2347

注事前予約がない場合は、健診を受けられません。

**市民総合(特定)健康診査**  
12月10日(火)まで  
時午後1時15分~2時30分  
場市民保健センター  
備市民保健センターの駐車場(有料)は台数に限りがありますので、徒歩、自転車、公共交通機関を利用してください。

健康

**市民保健センター**  
TEL 06・6992・2217

**問** 市民体育館  
TEL 06・6992・8201

申12月23日(月)~12月26日(木)で、決定者には12月28日(土)に決定通知書を郵送します。

12月9日(月)から市民体育館、各コミュニティセンター、大日サービスコーナー、高齢介護課に配架する「介護予防運動教室開催要項」で詳細を確認の上、所定の用紙で市民体育館へ提出してください。なお、応募多数の場合、利用者は抽選により決定します。

**ジフテリア・破傷風2期の予防接種**  
接種回数 1回  
接種時期 11~13歳の誕生日の前日まで

場守口・門真・寝屋川・大東・四條畷市の各委託医療機関  
持母子健康手帳  
注発熱している、急性疾患にかかっている、予防接種を受けることが不適当な状態にある場合は接種できないことがあります。

その他の健診など  
▽歯科健康診査、肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、市民保健センターでの子宮頸がん検診

時12月10日(火)まで  
注予約は検診終了前日まで  
▽大腸がん検診、胃がん検診、骨密度測定、乳がん検診、委託医療機関での子宮頸がん検診

申令和2年1月31日(金)まで



**BCGワクチン定期予防接種の実施場所を変更**

対象者の利便性を考え、市民保健センター(集団接種)から委託医療機関(個別接種)へ変更しました。市内の医療機関は市ホームページをご覧ください。

対1歳の誕生日の前日まで  
場門真・寝屋川・大東・四條畷市の委託医療機関でも接種を受けることができます。

できるかぎり生後5カ月~8カ月の間に接種しましょう。

注発熱や疾患にかかっている、または接種部位(上腕)に湿疹・アレルギーなどの皮膚症状やステロイド塗布剤による治療、過去の予防接種や外傷によるケロイドがあるなどで、予防接種を受けられないことがあります。

持母子健康手帳

**募集**  
第3次守口市生涯学習推進計画の策定にあたり、市民の皆さんの意見を聞くため、市民代表委員を募集します。募集の詳細は、市ホームページをご覧ください。

対市内在住・在職で年3回程度の会議に出席できる人

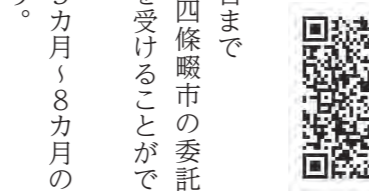
募集人員 3人程度

応募方法 「私の考える生涯学習について」をテーマに800字程度の小論文を原稿用紙にまとめ、別紙に住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記入し、郵送(T57018666京阪本通2-15-15)または持参してください。

なお、応募いただいた原稿は返却しません。

応募期限 12月26日(木)必着

申・問生涯学習・スポーツ振興課  
TEL 06・6995・3158



**おはなし劇場**  
絵本「コロちゃん」のクリスマス「他」  
時12月20日(金)午前11時~11時45分  
場中部エリアコミュニティセンター

対乳幼児と保護者

定先着40人

申生涯学習・スポーツ振興課まで電話またはメール(講座名・氏名・住所・電話番号を記入)にて受付中

問生涯学習・スポーツ振興課  
TEL 06・6995・3158

✉ Mori-shougaiaku@city-moriguchi-osakajp

献血がつなぐ 命と優しさを

12月は大阪府献血推進月間です。400㏄献血、複数回献血へのご協力をお願いします。

特に若年層の献血者が激減していますので、献血にご協力をお願いします。

献血については大阪府赤十字血液センターのホームページをご覧ください。

問 大阪府健康医療部保健医療室医療対策課  
TEL 06・6944・9045



愛の献血

時12月22日(日) 10:00~16:00  
場大日駅前ロータリー入口付近  
備守口ライオンズクラブ主催 骨髄バンクドナー登録あり  
問守口市献血推進協議会事務局(地域福祉課内)  
TEL 06-6992-1570

講座・講習

ペアレント・トレーニング

連続講座(全6回)

より良い親子関係づくりを目指して  
ペアレント・トレーニングとは、発達障がいのある子をはじめ、育てにくさのある子どもの理解を深め、楽しく

絵本の読み手ボランティア

養成講座(全6回)

子どもと本を楽しむための「読みきかせ」

内・時①絵本のチカラ・絵本の可能性  
12月3日(火)

②絵本の選び方・絵本の読み方  
12月10日(火)

子育てができるよう支援する保護者向けのプログラムです。

子どもへの上手な褒め方、より良い関わり方などを専門の講師と一緒に考え、子育てや育児におけるストレスを軽減することで日常生活をより穏やかに送ることができます。

時令和2年1月9日・30日、2月13日・27日、3月12日・26日(木)いずれも午前10時~正午  
場市役所7階会議室703

対3~12歳の子を子育て中の親

講ペアレント・トレーニングトレーナー

定10人

持筆記用具

保乳幼児の一時預かりあり。3歳~小学校低学年の子育て中の親優先

申12月2日(月)~12月19日(木)多数の場合は抽選。結果は12月20日(金)以降に連絡します。

問あえる  
TEL 06・6992・1033

③絵本と一緒に手あそび・わらべうた 12月17日(火)

④幼稚園での実践のための選書 令和2年1月15日(水)

⑤幼稚園での実践のための模擬練習 令和2年1月22日(水)

⑥幼稚園でのおはなし会と反省会 令和2年1月29日(水)

いずれも午前10時~正午

場中部エリアコミュニティセンター

対絵本の読み聞かせをしている人、絵本の読み聞かせに興味がある人

講①森ゆり子氏(絵本で子育て)センター理事(長)②加藤美帆氏(絵本で子育て)センター③大長咲子氏(絵本で子育て)センター副理事長

④⑤⑥おはなしボランティアサークル・ごんぐり

**募 集**  
第3次守口市生涯学習推進計画の策定にあたり、市民の皆さんの意見を聞くため、市民代表委員を募集します。募集の詳細は、市ホームページをご覧ください。

対市内在住・在職で年3回程度の会議に出席できる人

募集人員 3人程度

応募方法 「私の考える生涯学習について」をテーマに800字程度の小論文を原稿用紙にまとめ、別紙に住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記入し、郵送(T57018666京阪本通2-15-15)または持参してください。

なお、応募いただいた原稿は返却しません。

応募期限 12月26日(木)必着

申・問生涯学習・スポーツ振興課  
TEL 06・6995・3158

**守口市生涯学習推進会議 市民代表委員**

第3次守口市生涯学習推進計画の策定にあたり、市民の皆さんの意見を聞くため、市民代表委員を募集します。募集の詳細は、市ホームページをご覧ください。

対市内在住・在職で年3回程度の会議に出席できる人

募集人員 3人程度

応募方法 「私の考える生涯学習について」をテーマに800字程度の小論文を原稿用紙にまとめ、別紙に住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記入し、郵送(T57018666京阪本通2-15-15)または持参してください。

なお、応募いただいた原稿は返却しません。

応募期限 12月26日(木)必着

申・問生涯学習・スポーツ振興課  
TEL 06・6995・3158