

■精神保健福祉ボランティア養成講座
 ◇内容...精神障害者へのボランティアの役割を学ぶ体験学習・施設見学など
 ◇対象...市内に住み、受講後、ボランティアサークルで活動できる人 ◇日時...10月29日～11月26日の毎週木曜日 13時30分～16時(全5回) ◇場所...精神保健福祉交流センター ◇定員...30人(超えたら抽選) ◇受講は無料
 ◇申し込み...はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、受講動機を書いて、10月21日(必着)までに〒890-8543鴨池二丁目25-1-11保健予防課へ

■働きざかりのためのリラクゼーション講座 in プラネタリウム

◇内容...リラクゼーション講話やプラネタリウム観賞、ピアノ演奏 ◇対象...市内に住む人 ◇日時...10月23日(金)18時30分～20時30分 ◇場所...市立科学館 ◇定員...200人(先着順)
 ◇受講は無料 ◇申し込み...10月10日から電話で市立科学館250-8511へ
 ◇詳しくは保健予防課へ

催し・検診

■第26回市民健康まつり

◇内容...トークショーや健康相談、ウォーキング大会など ◇日時...10月25日(日)10時～15時30分 ◇場所...鹿児島アリーナ ◇入場は無料 ◇詳しくは市民健康まつり実行委員会事務局(市医師会内)226-3737へ

■保健センターイベント

①第2回北部ふれあい健康まつり
 ◇日時...11月9日(月)10時～15時
 ◇場所...北部保健センター ◇詳しくは北部保健センターへ



体力測定コーナー

②第21回東部健康づくり交流会
 ◇日時...11月6日(金)10時～15時30分
 ◇場所...中央公民館 ◇詳しくは東部保健センターへ

■共通事項

◇内容...活動発表、脳活性化や食生活コーナー、体脂肪・体力測定、ちびっこ体操など ◇入場は無料

■肢体不自由者・内部障害者一日レクリエーション

◇対象...市内に住む身体障害者手帳を持つ肢体不自由者や内部障害者 ◇期日...11月29日(日) ◇行き先...霧島観光ホテル ◇参加は無料(弁当を希望

する人は1000円持参) ◇申し込み...電話で10月20日～11月9日に身体障害者福祉協会253-9771(FAX253-1426)へ

■ふれあい館杯卓球バレーボール交流大会

◇対象...市内に住む人で、1チーム6人～12人のうち3人以上は知的障害者(児)で構成するチーム ◇日時...10月31日(土)10時～12時 ◇場所...知的障害者福祉センター(ふれあい館) ◇定員...8チーム(超えたら抽選) ◇申込期限...10月15日 ◇詳しくは市知的障害者福祉センター264-8711(FAX264-8884)へ

■自殺対策講演会

◇演題...①生き心地のよい鹿児島市へ ②救急の現場から今伝えたいこと
 ◇講師...①清水康之氏(NPO法人自殺対策支援センターライフリンク代表) ②吉原秀明氏(市立病院救命救急センター長) ◇対象...市内に住む人(手話通訳・託児あり) ◇日時...10月15日(木)13時30分～16時 ◇場所...中央公民館 ◇参加は無料 ◇申し込み不要 ◇弁護士・医師などによる無料相談会あり ◇詳しくは保健予防課へ

■成人健康相談

◇心身や歯の健康、生活習慣病予防などについて、医師・歯科医師・保健師などが個別相談に応じます ◇血圧・体脂肪測定、検尿(無料)血液検査(有料)なども行っています ◇詳しくは各保健センター・保健福祉課へ



■歯周疾患検診

◇対象...昭和14・24・34・44年度生まれの人 ◇場所...市内の委託歯科医療機関 ◇詳しくは保健予防課へ

■第10回ボランティアフェスタ

◇内容...講演会や演技披露、ボランティア登録団体・施設の活動作品展示・販売コーナー、車いす・白杖などの福祉体験など ◇日時...10月17日(土)10時～15時 ◇場所...かごしま市民福祉プラザ、県政記念公園 ◇入場は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは市社会福祉協議会221-6070へ



白杖の福祉体験の様子

第1回スパランド裸・楽・良グラウンド・ゴルフペアマッチ

◇対象 市内に住む男女ペア
 ◇日時 11月9日(月)9時～13時 ※雨天時は11月16日(月)
 ◇場所 郡山総合運動場
 ◇定員 64組(超えたら抽選)
 ◇参加料 1組1000円(昼食代は別途必要)
 ◇申し込み スパランド裸・楽・良にある申込書かはがき、ファックスで住所、氏名、年齢、電話番号を10月19日(必着)までに〒891-1102東侯町1450スパランド裸・楽・良245-7070(FAX245-7088)へ

第3回マリンピア喜入いきいきウォーキング

◇対象 市内に住む人
 ◇日時 11月14日(土)9時～
 ◇コース マリンピア喜入～喜入牧場(約8km)
 ◇定員 150人(超えたら抽選)
 ◇参加は無料
 ◇申し込み マリンピア喜入にある申込書かはがき、ファックスで住所、氏名、年齢、電話番号を10月24日(必着)までに〒891-0203喜入町6094-1マリンピア喜入0993-45-1117(FAX0993-45-3412)へ



10月は健康について考える月です!

◇今月は、「骨髄バンク推進月間」、「臓器移植普及推進月間」、「ピンクリボン月間」です(ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の重要性を伝えるシンボルマークです)
 ◇10月17日～23日は薬と健康の週間、10月20日～26日は精神保健福祉普及週間です
 ◇10月10日は目の愛護デー
 ◇この機会にぜひ重要性を考えましょう
 <保健予防課・生活衛生課>

健康のために

特定健診(40歳以上75歳未満) 長寿健診(75歳以上)

◇対象者にはいきいき受診券に、特定健康診査受診券か長寿健康診査受診券を同封しています
 ◇受診のときは受診券と保険証を持参してください



月日曜	場 所	時 間
13 火	西部保健センター	9時30分～10時30分
14 水	東昌小学校	8時30分～11時
15 木	春山小学校	8時30分～11時
16 金	松元地区保健センター	8時30分～11時
18 日	松元地区保健センター	8時30分～11時
19 月	錦江台小学校	8時30分～11時
20 火	東部保健センター	9時30分～10時30分
10 21 水	清和小学校	9時～11時
22 木	桜丘東小学校	9時～11時
23 金	中央保健センター	9時30分～10時30分
26 月	西谷山小学校	9時～11時
27 火	北部保健センター	9時30分～10時30分
28 水	皇徳寺小学校	8時30分～11時
29 木	皇徳寺福祉館	9時～11時
30 金	福平中学校	9時～11時
1 日	県民総合保健センター	8時30分～11時
4 水	古屋敷公民館	9時～11時
5 木	東谷山福祉館	9時～11時
11 6 金	南部保健センター	9時30分～10時30分
8 日	中央保健センター	8時30分～11時
9 月	東谷山小学校	9時～11時

【サンサンコールかごしま 099-808-3333】

受けて安心 がん・腹部超音波集団検診

- ①胃がん検診
 ◇対象 今年度40歳以上の人
 ◇検診料 1000円
- ②腹部超音波検診
 ◇対象 今年度40歳以上の人
 ◇検診料 800円
- ③子宮がん検診
 ◇対象 今年度20歳以上の女性
 ◇検診料 600円
- ④乳がん検診
 ◇対象 今年度40歳以上の女性
 ◇検診料 40歳代は1600円、50歳以上は1100円

■共通事項
 ◇受付時間 ①②8時30分～9時30分、③④8時30分～9時、13時～13時30分
 ◇検診当日は、いきいき受診券と保険証を持参してください
 ◇70歳以上の人、後期高齢者医療被保険者証を持っている人などは無料(検診時に証明の提示が必要)
 ◇職場で受診機会のない人も可
 ◇事前予約が必要。定員になり次第受け付けは終了
 ◇詳しくはサンサンコールかごしま 099-808-3333へ

月日曜	場 所
19 月	胃 : 錦江台小学校
20 火	子宮・乳 : 西陵中学校(午前) 乳 : 武小学校(午後)
21 水	胃・腹部 : JAグリーン鹿児島坂之上支店
22 木	子宮・乳 : 鹿児島アリーナ(午前)
23 金	子宮・乳 : 宇宿小学校(午前) 子宮 : 西紫原小学校(午後)
24 土	子宮・乳 : 中央保健センター
10 26 月	胃・腹部 : 桜丘東小学校 子宮・乳 : 市民体育館(午前)
27 火	胃・腹部 : 桜丘東小学校 乳 : 名山小学校(午前)
28 水	胃・腹部 : 皇徳寺小学校
29 木	胃・腹部 : 清和小学校
30 金	胃 : 中央保健センター 西谷山小学校
31 土	子宮・乳 : 県民総合保健センター
1 日	胃・腹部 : 県民総合保健センター 胃・腹部 : 北部保健センター
2 月	子宮・乳 : 谷山北公民館(午前) 子宮 : JA東部(午後)
8 日	胃・腹部 : 中央保健センター
11 11 水	胃・腹部 : 福平中学校 子宮 : 宮川小学校(午前) 子宮 : 西谷山小学校(午後)
13 金	乳 : 北部保健センター(午前)
14 土	胃・腹部 : 谷山市民会館 子宮・乳 : 中央保健センター

女性特有のがん検診推進事業

◇子宮頸がんや乳がんの無料クーポン券を送付します
 ◇対象 子宮頸がん検診は昨年度20・25・30・35・40歳の女性、乳がん検診は昨年度40・45・50・55・60歳の女性
 ◇使用期限 平成22年3月31日
 ◇検診機関 市内の委託検診機関
【保健予防課】

各支所の福祉課・保健福祉課・保健所 問い合わせ先

- 谷山福祉事務所福祉課 ☎269-8472～8473
- 伊敷福祉課 ☎229-2111
- 吉野福祉課 ☎244-7379
- 吉田保健福祉課(福祉関係) ☎294-1214
 <吉田地区保健センター>(保健関係)
- 桜島保健福祉課 ☎294-1215
- 喜入保健福祉課(福祉関係) ☎293-2360
 <喜入地区保健センター>(保健関係) ☎0993-45-3755
 ☎0993-45-3434
- 松元保健福祉課 ☎278-5417
- 郡山保健福祉課 ☎298-2114
- 生活衛生課・保健予防課 ☎258-2321
- 中央保健センター ☎258-2321
- 東部保健センター ☎216-1310
- 南部保健センター ☎268-2315
- 西部保健センター ☎252-8522
- 北部保健センター ☎244-5693