

■統合失調症についての講演

◇講師...井上賢人氏(井上メンタルクリニック院長) ◇日時... 6月16日(水)14時~16時 ◇場所...精神保健福祉交流センター ◇定員...80人(先着順) ◇申し込み... 6月8日から電話かファックスで保健予防課258-2351(FAX258-2392)へ

■ヘルシースリム教室

◇内容...医師や保健師、栄養士などの講話や調理実習、運動実技など ◇対象...市内に住む40歳~64歳未満の人 ◇日時... 6月17日~7月15日の毎週木曜日(7月8日を除く)13時30分~15時30分(全4回) ◇定員...30人(超えたら抽選) ◇場所...東部保健センター ◇参加は無料 ◇申し込み...電話か直接東部保健センターへ



■認知症予防教室

◇演題...①認知症になりにくい生活習慣とは ②よくなる認知症 ◇講師... ①黒野明日嗣氏(愛と結の街医師) ②厚地正道氏(厚地脳神経外科病院医師) ◇日時...①6月14日(月)②6月21日(月)の13時30分~15時30分 ◇場所...教育総合センター ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは東部保健センターへ

■ひざ痛・腰痛予防教室

◇演題...ひざ痛・腰痛が起こるのなぜ? 痛みを予防するための日常生活での工夫 ◇講師...谷口暢章氏(米盛病院医師)清水耕氏(米盛病院理学療法士) ◇日時... 6月25日(金)14時~16時 ◇場所...西部保健センター ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは西部保健センターへ

■脳卒中予防教室

◇演題...脳卒中とその予防 ◇講師...川原功裕氏(かわはら脳神経外科クリニック院長) ◇日時... 7月8日(木)14時~15時30分 ◇場所...南部保健センター ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは南部保健センターへ

■こころの健康教室

◇演題...うつ病の話 ◇講師...田畑修

氏(たばたメンタルクリニック院長) ◇日時... 6月24日(木)14時~16時 ◇場所...保健所地下講堂 ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは中央保健センター258-2370へ

催し・検診

■温泉活用相談会

◇内容...温泉入浴指導員による温泉を活用した健康づくりや水中運動講座、入浴のアドバイス ◇日時... 6月30日(水)15時~16時 ◇場所...マリンピア喜入 ◇定員...20人程度 ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくはマリンピア喜入345-1117へ

■体力年齢測定

◇内容...筋力・瞬発力・バランス感覚・柔軟性・心肺機能などの測定や健康増進などのアドバイス ◇対象...16歳以上の人 ◇日時... 6月19日(土)14時~15時30分 ◇場所...かごしま温泉健康プラザ ◇定員...20人程度 ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくはかごしま温泉健康プラザ252-8551へ



■スパランド裸・楽・良メタボリック解消キャンペーン

◇内容...集中的な運動プログラムや計測と生活改善指導 ◇期間... 6月~8月 ◇場所...スパランド裸・楽・良 ◇定員...20人(超えたら抽選) ◇申込期限... 6月20日 ◇詳しくはスパランド裸・楽・良245-7070へ

■新型インフルエンザワクチン接種補助

◇接種当日は必要書類などを医療機関に持参してください ◇対象 生活保護世帯が市民税非課税世帯の人で、これまで新型インフルエンザワクチン接種の補助を受けたことがない人 ◇必要なもの 印鑑(スタンプ式印鑑は不可)、生活保護世帯が市民税非課税世帯であることを証明する書類(生活保護受給者証、市民税非課税証明書、介護保険料納入通知書など) ◇補助を受けずに接種料金を支払った人は相談センターに連絡を 【新型インフルエンザ相談センター 258-2358(FAX258-2392)】

健康のために

◇右記の会場でメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診を実施します。医療機関でも受診できます ◇会場によっては、肺・大腸がん検診なども受診できます ◇受診のときは、「特定健康診査受診券」と「保険証」を持参してください



特 定 健 診

月	日	曜日	場 所	時 間
6	10	木	東坂元公民館(かつら公園)	9時~11時
	11	金	Aコープいしき店	9時~11時
	13	日	中央保健センター	8時30分~11時
	14	月	花野小学校	9時~11時
	15	火	東部保健センター	9時30分~10時30分
	16	水	西伊敷福祉館	9時~11時
	17	木	日当平市営住宅集会所	9時~11時
	18	金	花野福祉館	9時~11時
	20	日	県民総合保健センター	8時30分~11時
	21	月	武岡台小学校 番屋下公民館	9時~10時30分 13時30分~14時30分
7	22	火	北部保健センター	9時30分~14時30分
	23	水	伊敷小学校	9時~11時
	24	木	明和小学校	9時~11時
	25	金	中央保健センター	9時30分~10時30分
	28	月	西伊敷岡之原公民館	9時~11時
	29	火	城西公民館 黒神中学校	9時~11時 9時~10時30分
	30	水	古里町内会集会所(改新小学校内)	13時30分~14時30分
	1	木	西田小学校	9時~11時
	2	金	南部保健センター	9時30分~10時30分
	5	月	武岡福祉館	9時~11時
6	火	松原小学校	9時~11時	
7	水	郡山地区保健センター	8時30分~11時	
8	木	八幡小学校	9時~11時	
9	金	郡山地区保健センター	8時30分~11時	

【サンサンコールかごしま 099-808-3333】

年に1度の健康チェック 集 団 検 診

①胃がん検診 ◇対象 今年度40歳以上の人(胃や十二指腸を切除した人を除く) ◇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骨粗しょう症検診 ◇対象 今年度40・45・50・55・60・65・70歳になる女性 ◇検診料 300円 ◇場 所 子宮がん検診会場
⑤乳がん検診 ◇対象 今年度40歳以上の女性(豊胸術を受けた人、ペースメーカー使用者、妊娠の可能性のある人を除く) ◇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、③④⑤8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	曜日	場 所
6	14	月	胃 : 一倉校区公民館 胃・腹部 : 郡山地区保健センター
	15	火	胃・腹部 : 山下小学校 胃・腹部 : 郡山地区保健センター
	16	水	胃・腹部 : 長田中学校
	17	木	胃・腹部 : 吉野東小学校
	19	土	子宮・乳 : 中央保健センター
	20	日	胃・腹部 : 県民総合保健センター
	23	水	胃・腹部 : 花野小学校
	24	木	胃 : 花野小学校
	25	金	胃・腹部 : 日当平市営住宅集会所
	28	月	胃・腹部 : 武岡小学校
7	29	火	胃・腹部 : 県民総合保健センター
	30	水	乳 : 喜入地区保健センター(午前)
	1	木	胃 : 西伊敷岡之原公民館
	2	金	胃・腹部 : 中央保健センター
	3	土	乳 : 中央保健センター(午前)
	5	月	胃・腹部 : 西田小学校
	6	火	胃・腹部 : 西田小学校 子宮・乳 : 南部保健センター
	7	水	胃・腹部 : 明和小学校 胃・腹部 : 郡山地区保健センター 子宮・乳 : 川上小学校(午前)
	8	木	胃・腹部 : 明和小学校
	9	金	胃・腹部 : 郡山地区保健センター 乳 : 郡山地区保健センター(午後)
10	土	胃・腹部 : 郡山地区保健センター 子宮・乳 : 県民総合保健センター	

みんなで取り組みませんか 地域猫活動

◇地域の有志が、地域住民の理解と協力を得たうえで、飼い主のいない猫がこれ以上増えないように不妊去勢手術を行い、一定のルールに従って飼養管理しています ◇飼い主のいない猫を地域猫として飼養管理することが、ふん尿などの被害の軽減や地域の良好な生活環境づくり、飼い主のいない猫の減少にもつながります ◇地域猫の不妊去勢手術費の一部を助成しています。詳しくは生活衛生課258-2335へ

これ以上飼い主のいない猫を増やさないことが大切



有馬 スミ子さん (地域猫活動グループ代表)

○もともと猫が好きで、近所の野良猫が繁殖し、増えていくことが放っておけなくなり、活動を始めました。 ○地域猫の飼養管理は大変な面もありますが、ごみステーションが荒らされなくなるなど、地域の環境が良くなってきています。 ○生きものを飼うときは、生まれてくる命のことまで、きちんと考え、責任をもって飼育しましょう。

不幸な野良猫を減らすために協力をお願いします



DUSKIN 喜びのタネをまこう

エアコンクリーニング

キャンペーン実施中!! 7/31(土)まで

壁掛けタイプ
通常1台 12,400円~が、**今なら 1台10,500円!** (税込)
2台で21,000円! (税込)

天井埋込みタイプ(4方向吹出し)
特別料金 **1台36,750円!** (税込)

ニオイの原因となるカビ・細菌の繁殖を抑える
「抗菌コート(1台4,200円)」をサービス!!

ダスキンアイワ 0120-450-790 愛和株式会社 ☎099-256-8433
鹿児島市上之園町7番地15
.....見積もり無料.....キャンペーン対象条件に関して詳しくはお問い合わせください.....