

マリンピア喜入臨時休館
 ◇温水プール 2月1日(火)～3月31日(木)
 ◇温泉 2月14日(月)～18日(金)
 ※会議室、レストラン、売店は利用できます(休館日を除く)
【マリンピア喜入 345-1117】

■食育教室

◇演題…かごしまの食暦～行事と郷土食～ ◇講師…所崎平氏(県民族学会会長) ◇対象…市内に住む人 ◇日時…2月24日(木)10時30分～12時
 ◇場所…かごしま市民福祉プラザ
 ◇定員…70人程度 ◇申し込み…電話で2月22日までに保健予防課258-2341へ



食事の大切さなどを学びます

■続ける水中運動講座

◇内容…水中運動の目的や効果と、基本的な動作 ◇対象…16歳以上の人

◇日時…2月24日(木)11時～12時
 ◇場所…かごしま温泉健康プラザ
 ◇定員…30人程度
 ◇参加は無料(別途使用料が必要) ◇詳しくはかごしま温泉健康プラザ252-8551へ



■施設DE体力測定

①マリンピア喜入
 ◇日時…2月16日(水)15時～16時
 ◇定員…20人程度 ◇詳しくはマリンピア喜入345-1117へ

②かごしま温泉健康プラザ

◇日時…2月26日(土)14時～15時30分 ◇定員…30人程度
 ◇詳しくはかごしま温泉健康プラザ252-8551へ



■共通事項

◇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 ◇参加は無料 ◇申し込み不要

受講者募集	健康のための講座・教室			
講座・教室	内容など	日時	場所	問い合わせ
①ひざ痛・腰痛予防教室	ひざ痛・腰痛がおこるのはなぜ?	2月16日(水)13時30分～15時30分	南部保健センター	南部保健センター
②乳がん予防教室	乳がんとその予防について～医師の講話と体験談	2月22日(火)13時30分～15時30分	東部保健センター	東部保健センター
③認知症予防教室(全2回)	I 認知症予防について II 認知症を防ぐ	I 2月22日(火)の14時～16時 II 2月28日(月)の14時～16時	保健所	中央保健センター258-2370
④脳卒中予防教室	脳卒中はこうすれば防げる	2月24日(木)14時～15時30分	北部保健センター	北部保健センター
⑤精神保健福祉講座	統合失調症について	2月23日(水)14時～16時		
⑥まちかど交流講座(クッキング)	かんたん美味しいパン作り(ポテトフォカッチャ)	2月27日(日)10時～13時	精神保健福祉交流センター	精神保健福祉交流センター214-3352
⑦こころの健康教室	高齢期のこころの病気～うつとその予防について	3月1日(火)14時～15時30分	北部保健センター	北部保健センター

◇対象 市内に住む人
 ◇定員 ①～④⑦はなし、⑤は30人(先着順)、⑥は10人(超えたら抽選)
 ◇受講料 ①～⑤⑦は無料、⑥350円(材料費)
 ◇申し込み ①～④⑦は申し込み不要、⑤は電話で精神保健福祉交流センター080-2692-0789(申し込み専用)、⑥は往復はがきに講座名、住所、氏名、電話番号、アレルギーの有無を書いて、2月18日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目22-18精神保健福祉交流センターへ

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 FAX267-6555	●保健所代表 (保健福祉課・生活衛生課・保健予防課・中央保健センター) ☎258-2321 FAX258-2392
●伊敷福祉課 ☎229-2113 FAX229-6894	●北部保健センター ☎244-5693 FAX244-5698
●吉野福祉課 ☎244-7379 FAX243-0816	●東部保健センター ☎216-1310 FAX216-1308
●吉田保健福祉課 ☎294-1214 FAX294-3352	●西部保健センター ☎252-8522 FAX252-8541
●桜島保健福祉課 ☎293-2360 FAX293-3744	●南部保健センター ☎268-2315 FAX268-2928
●喜入保健福祉課 ☎345-3755 FAX345-2600	●吉田地区保健センター ☎294-1215 FAX294-3352
●松元保健福祉課 ☎278-5417 FAX278-4189	●喜入地区保健センター ☎345-3434 FAX345-3437
●郡山保健福祉課 ☎298-2114 FAX298-2916	

今年度も残り2カ月！お急ぎください！ **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
 ◇会場によっては、肺・大腸がん検診なども受診できます
 ◇医療機関でも受診できます
 ◇受診のときは、「受診券」と「保険証」を持参してください
 ◇国民健康保険や後期高齢者医療保険以外の健康保険に加入している人の健診は職場に確認してください

今年度のいきいき受診券の利用は3月31日までです

いきいき受診券くん

月	日	曜	場所	時間
2	15	火	東部保健センター	9時30分～10時30分
	22	火	北部保健センター	
	25	金	中央保健センター	
3	4	金	南部保健センター	
	8	火	西部保健センター	

【サンサンコールかごしま 099-808-3333】

受けて安心！年1回の健康チェック 集団検診

月	日	曜	場所
2	14	月	胃・腹部：松原小学校
			子宮・乳：県民総合保健センター
			乳：郡山地区保健センター(午前)
	15	火	子宮・乳：坂元台小学校
	16	水	胃・腹部：谷山市民会館
			子宮・乳：福平中学校(午前)
	17	木	胃・腹部：中山小学校
			子宮・乳：西田小学校
	18	金	胃・腹部：宮川小学校
			乳：松元地区保健センター(午前)
	21	月	胃・腹部：伊敷台小学校
			乳：喜入地区保健センター(午前)
	22	火	乳：南部保健センター(午後)
	23	水	胃・腹部：西紫原小学校
乳：中央保健センター(午後)			
24	木	胃・腹部：清和小学校	
25	金	胃・腹部：錦江台小学校	
28	月	胃・腹部：県民総合保健センター	
		胃・腹部：桜丘西小学校	
1	火	子宮・乳：南部保健センター	
		胃・腹部：北部保健センター	
2	水	子宮・乳：名山小学校(午前)	
		胃・腹部：星峯西小学校	
3	木	子宮・乳：郡山地区保健センター(午前)	
		胃・腹部：中央保健センター	
3	6	子宮・乳：中央保健センター	
		子宮・乳：北部保健センター	
9	水	乳：谷山北公民館(午前)	
		乳：吉田地区保健センター(午前)	
11	金	胃・腹部：南部保健センター	
12	土	子宮・乳：県民総合保健センター	
		胃・腹部：県民総合保健センター	
13	日	子宮・乳：中央保健センター(午前)	

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、③～⑤8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
 ◇①～③⑤は事前予約が必要。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

低線量CT肺がん検診費用の一部助成

◇対象 県内に住む50歳以上の人(肺がん治療中や治療後の人、精密検査目的の人を除く)
 ◇検診料 2550円(助成後の自己負担額)
 ◇受診するときは県と契約した一次検診機関に直接予約してください ※検診機関は県のホームページ(<http://www.pref.kagoshima.jp/>)で確認してください
 ◇詳しくは県健康増進課286-2721へ