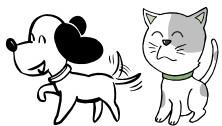


犬・猫の不妊・去勢手術料の一部助成

対市内に住む人が飼っている犬・猫合計40頭(超えたら抽選) ◇募集期限...9月30日 問市内の動物病院か地区獣医師会事務局284-5752

動物の終生飼養、譲渡

◇動物にも命があることを認識し、終生飼養に努めましょう ◇動物管理事務所では犬や猫の譲渡をしています 問生活衛生課258-2335



講座・催しなど

食育教室

◇演題...見た目年齢マイナス5歳の生活術 ◇講師...長島未央子氏(鹿屋体育大学助教) 対市内に住む人 期9月28日(水)14時~15時30分 所かごしま市民福祉プラザ 定70人程度 料無料 申電話で9月26日までに保健予防課258-2341へ
第25回谷山健康まつり記念講演会
◇演題...健康な人生を送るための知恵(おさめみつひろ) ◇講師...納光弘氏(公益財団法人慈愛会会長) 対市内に住む人 期9月12日(月)13時30分~14時30分 所谷山サザンホール 料無料 申不要 問南部保健センター268-2315

かごしま温泉健康プラザイベント

①健康相談会
内ストレッチポールを使った体のリセット方法の紹介 期9月15日(木)9時45分~10時15分か10時20分~10時50分 定各10人

②体力測定

内筋力・敏捷性などの測定・評価と、家庭でできる運動のアドバイス 期9月24日(土)10時~12時 定20人程度
①②共 ◇事前予約が必要 料無料(施設使用料が必要) 問かごしま温泉健康プラザ252-8551

第8回マリンピア喜入杯グラウンド・ゴルフ大会

期10月15日(土)9時~12時(受け付けは8時~) 定48組(1組5人。超えたら抽選) 料無料 申直接かはがき、ファクスで9月20日(必着)までに〒891-0203喜入町6094-1マリンピア喜入345-1117(FAX)345-3412へ

ふれあい講座

内スポーツやレクリエーション 対市内に住む知的障害者(児)とその家族 所市知的障害者福祉センター(ふれあい館) 定12組程度 申直接9月15日までに市知的障害者福祉センター264-8711へ

第45回市身体障害者体育大会

内陸上競技、フライングディスクなど 対市内に住む15歳以上の身体障害者手帳を持つ人 期10月23日(日) 所ハートピアかごしま 料無料 申9月13日までに市身体障害者団体協議会事務局253-9771か障害者福祉課216-1272、各支所の福祉課・保健福祉課へ

1日レクリエーション参加者募集

①肢体不自由・内部障害者
◇行き先...枕崎方面 期10月9日(日) 料無料(昼食は実費負担) 申電話で9月22日までに市身体障害者福祉協会事務局253-9771か障害者福祉課216-1272へ

②知的障害者(児)とその保護者

◇行き先...南薩方面 期10月16日(日) 定300人(超えたら抽選) 料無料(昼食は実費負担) 申電話で9月30日までに市手をつなぐ育成会事務局264-8725へ
第28回市民健康まつり
内健康トークショーや健康相談・

体験コーナーなど 期9月18日(日) 10時~15時30分 所かごしま県民交流センター 料無料(郷土料理教室は申し込みと材料費300円が必要) 問市民健康まつり実行委員会事務局 市医師会事務局内 226-3737(FAX)225-6099)

スパランド裸・楽・良の講座・イベント

①第6回テニスカップ

対18歳以上の人(高校生不可) 期9月25日(日)9時~15時 所郡山総合運動場 定24組(超えたら抽選) 料1組2800円(昼食、損害保険料含む) 申電話で9月16日(必着)



③いきいき健康クラブ

内健康体操、昼食座談会など 対70歳以上の人 期9月19日(祝)10時~13時 定40人(超えたら抽選) 料500円(昼食、入浴料含む) 申電話で9月13日(必着)

④カルチャー後期講座

内ガーデニング、テニスなど 期10月~来年3月 申電話で9月16日(必着) ①~④共 問スパランド裸・楽・良245-7070

②体力測定

対16歳以上の人 期10月10日(祝) 14時~15時30分 定20人程度 料無料 申不要



健康のための教室

教室	日 時	場 所	問い合わせ
認知症予防教室(全2回)	9月16日(金)・29日(木)14時~15時30分	喜入地区保健センター	喜入保健福祉課
	9月22日(木)・26日(月)14時~16時	保健所	中央保健センター258-2369
	9月22日(木)・29日(木)14時~16時	吉田地区保健センター	吉田保健福祉課
脳卒中予防教室	10月6日(木)14時30分~16時・20日(木)14時~15時30分	郡山地区保健センター	郡山保健福祉課
	9月16日(金)14時~15時30分・22日(木)14時~16時	市教育総合センター	東部保健センター
こころの健康教室	9月26日(月)14時~15時30分	喜入地区保健センター	喜入保健福祉課
高血圧予防教室(全2回)	9月30日(金)14時~16時30分・10月5日(水)13時30分~15時30分	西部保健センター	
肺がん予防教室	9月21日(水)14時~15時30分	南部保健センター	
対市内に住む人 申不要 料無料			

市登録「元気高齢者」のご活用を

◇専門的な技術や知識・経験をもち、積極的な社会活動をしている高齢者を「元気高齢者」として登録しています
◇町内会などの催しで講師として活動しています。ご希望の方はお問い合わせを 問高齢者福祉課216-1266



**地域の催しなどに
ご活用ください**



赤崎 治夫さん(西伊敷七丁目)

○月に15回程度、お達者クラブや福祉施設などでマジックや紙芝居をしています。
○鹿児島弁を交えながら、見ている皆さんが楽しんで、笑ってもらえるように実演しています。
○笑いは心を癒し、元気の素になると思います。地域のひとと一緒に「心の健康づくり」に取り組みたいと思いますので、地域の催しなどにぜひ活用してください。

あなたの健康のために集団検診・特定健診を受けましょう

◇10月以降の日程はいきいき受診券に同封の日程表をご覧ください
◇職場の健康保険に加入している人は勤務先に確認してください
◇受診時には「いきいき受診券」が「特定(長寿)健康診査受診券」と「保険証」が必要です

問サンサンコールかごしま099-808-3333

9月はがん征圧月間
年1回がん検診を受けましょう
問保健予防課258-2341



9月の集団検診 ※事前予約が必要

日 曜	場 所
12 月	乳 : 桜島地区保健センター(午前)
13 火	胃・腹部 : 鴨池小学校 乳 : 南部保健センター(午前)
14 水	胃 : 荒田小学校
15 木	胃 : 向陽小学校
16 金	胃・腹部 : 小山田コミュニティセンター 胃・腹部 : 県民総合保健センター
21 水	胃・腹部 : 谷山北公民館(9時~10時)
24 土	子宮・乳 : 中央保健センター(午前・午後)
25 日	子宮・乳 : 県民総合保健センター(午前・午後)
26 月	胃 : カトリック谷山教会
27 火	胃・腹部 : 南部保健センター
28 水	胃・腹部 : すこやかランド石坂の里
29 木	胃・腹部 : 市民体育館
30 金	胃・腹部 : 中央保健センター

◇受付時間 胃・腹部8時30分~9時30分、子宮・乳8時30分~9時か13時~13時30分

9月の特定健診

日 曜	場 所	時 間
11 日	JA厚生連健康 管理センター	8時30分~10時30分
13 火	西部保健センタ ー	9時30分~10時30分
16 金	小山田コミュニ ティセンター	8時30分~10時30分
20 火	東部保健センタ ー	9時30分~10時30分
21 水	谷山北公民館	9時~10時30分
26 月	唐湊公民館	9時~11時
27 火	北部保健センタ ー	9時30分~10時30分
28 水	すこやかランド 石坂の里	8時30分~10時30分
	饅頭石公民館	13時30分~14時30分
29 木	折尾地域公民館	8時30分~9時30分
	四元地域公民館	10時40分~11時30分