

町内会は住みよい地域づくりの推進役 みんなで町内会に参加しましょう

スパランド裸・楽・良のイベントなど

①グラウンド・ゴルフペアマッチ  
期11月6日(水) 8時30分～13時  
※雨天時は11月13日(水) 所郡山総合運動場 定126組(2人1組。超えたら抽選) 料1組2000円(昼食代込み) 申所定の申込書かはがき、ファクスでチーム名、参加者2人の住所、氏名、年齢、性別、電話番号を10月15日(必着)までに〒891-1102東俣町1450スパランド裸・楽・良(FAX245-7088)へ  
②臨時休館(施設整備のため)  
期10月7日(月)～9日(水)  
①②共 問スパランド裸・楽・良 245-7070

かごしま温泉健康プラザイベントなど

①温泉活用講話  
期11月6日(水) 14時～15時30分  
定20人程度 料無料(施設使用料が必要) 申必要  
②臨時休館(施設整備のため)  
期10月26日(土)～11月4日(振)  
※11月5日(火)は通常の休館日  
①②共 問かごしま健康温泉プラザ252-8551

吉田福祉センター教養講座

内陶芸教室 ◇講師…窪三智子氏(工房夢吉) 対市内に住む人  
期11月13日(水)・27日(水)の9時30分～12時(全2回) 所吉田福祉センター 定20人(超えたら抽選)  
料無料(教材費一部負担) 申電話かファクスで講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を10月25日までに吉田福祉センター294-1825(FAX294-4701)へ

働きざかりのためのリラクゼーション講座

内リラクゼーション講話、プラネタリウム、音楽鑑賞  
対18歳以上の勤めている人  
期10月18日(金) 19時～20時30分  
所市立科学館 定250人(先着順) 料無料  
申10月13日から電話で市立科学館250-8511へ 問保健予防課258-2351



心身ともにリラックスの良い機会に

高田 裕子さん 〇講話も勉強(坂之上5丁目) 〇講話も勉強になりました。プラネタリウムと音楽鑑賞も癒されました。私が参加したときの音楽鑑賞は、ハーブとフルートの演奏で、普段ハーブの生演奏を耳にする機会はありません。特に良かったです。 〇参加者が多いことにも驚きました。 〇タイトル通り、仕事の合間のリラクゼーションになりました。皆さんも参加してみませんか。



健康のための教室・講座

講座・教室	内容など	日時	場所	申し込み 問い合わせ
①脳卒中予防教室	厚地伸彦氏(中央病院副院長)の講話	10月10日(木) 14時～15時30分	桜島地区保健センター	桜島保健福祉課
	友杉哲三氏(市立病院脳卒中センター長)の講話	10月23日(水) 14時～16時	市消費生活センター	中央保健センター
	瀬戸山淳子氏(健康運動指導士)の講話と実技 管理栄養士の講話と試食	10月30日(水) 14時～16時		
②脳活性チャレンジ講座	大窪隆一氏(鹿児島大学病院医師)の講話や保健師による体操など	10月17日(木) 14時～16時	南部保健センター	
	榊正剛氏(さかき脳神経外科院長)の講話と認知症サポーター養成講座	10月30日(水) 14時～16時		
③難病医療講演会・療養相談会	◇多系統萎縮症 大窪隆一氏(鹿児島大学病院医師)の講話	10月18日(金) 13時30分～16時30分	市保健所	保健予防課 258-2351 (FAX258-2392)
	◇全身性エリテマトーデス 吉満誠氏(鹿児島大学病院医師)の講話	10月28日(月) 13時30分～16時30分	市消費生活センター	
	◇多発性硬化症 道園久美子氏(鹿児島大学病院医師)の講話	10月29日(火) 13時30分～16時30分		
④胃がん予防教室	島岡俊治氏(南風病院医師)の講話	10月29日(火) 14時～16時	北部保健センター	
⑤精神科医を囲む茶話会	赤崎安隆氏(赤崎病院院長)と語り合う茶話会	10月27日(日) 10時～12時	精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)214-3352	
⑥手づくり講座	創作詩文集づくり	10月26日(土) 10時～12時		
⑦はーと講座(パソコン教室)	初心者向け基礎講座	11月2日～23日の毎週土曜日10時～12時(全4回)		
対①②④⑥市内に住む人 ③難病患者とその家族 ⑤市内に住む精神障害のある人の家族 ⑦市内に住む精神障害のある人 定①～④なし ⑤7人 ⑥10人 ⑦5人 ※⑤～⑦は超えたら抽選 料①～④無料 ⑤100円(お茶代) ⑥300円(材料費) ⑦500円(テキスト代) 申①②④不要 ③は電話かファクスで希望する講話、住所、氏名、電話番号をそれぞれ前日までに保健予防課へ ⑤～⑦は直接窓口か電話で⑤は10月20日、⑥は10月19日、⑦は10月20日(それぞれ必着)までに各申し込み先へ				

集団検診・特定(長寿)健診を受けましょう

◇11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」か「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



■10月の集団検診 ※事前予約が必要

日	曜	検診	場所
15	火	乳	西部保健センター(午後のみ)
16	水	胃・腹部	春山小学校
17	木	胃・腹部	JAグリーン鹿児島坂之上支店
		子宮・乳	鴨池公民館(午前のみ)
19	土	胃・腹部	県民総合保健センター
		子宮・乳	中央保健センター
20	日	胃・腹部	松元地区保健センター
21	月	胃・腹部	松元地区保健センター
23	水	胃・腹部	皇徳寺小学校
		乳	松元地区保健センター(午前のみ)

日	曜	検診	場所
24	木	胃・腹部	錦江台小学校
25	金	胃・腹部	清和小学校
26	土	胃・腹部	県民総合保健センター
28	月	胃・腹部	清和小学校
29	火	胃・腹部	北部保健センター
		子宮・乳	南部保健センター
30	水	胃・腹部	桜丘東小学校
31	木	胃・腹部	桜丘東小学校

◇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

■10月の特定(長寿)健診

日	曜	場所	時間
5	土	JA厚生連健康管理センター	8時30分～10時30分
8	火	西部保健センター	9時30分～10時30分
9	水	宮園公民館	8時30分～9時30分
		谷山北福祉館	10時40分～11時30分
11	金	東昌小学校	8時30分～9時30分
		直木地域公民館	11時～12時
15	火	東部保健センター	9時30分～10時30分
16	水	春山小学校	8時30分～10時30分
17	木	錦江台小学校	9時～11時
18	金	清和小学校	
20	日	松元地区保健センター	8時30分～10時30分
21	月	松元地区保健センター	8時30分～10時30分
22	火	北部保健センター	9時30分～10時30分
23	水	皇徳寺小学校	8時30分～10時30分
24	木	桜丘東小学校	9時～11時
25	金	中央保健センター	9時30分～10時30分
26	土	県民総合保健センター	8時30分～10時30分
28	月	東谷山福祉館	9時～11時
29	火	福平小学校	
30	水	東谷山小学校	
31	木	皇徳寺福祉館	
		皇徳寺福祉館	

10月はピンクリボン月間  
◇乳がんの早期発見・治療のために乳がん検診を受けましょう  
問保健予防課258-2341

半日がん検診  
対今年度40・50歳になる人(職場で受診できる人を除く)  
料男性6000円、女性8000円  
問県民総合保健センター220-2332

