

〈みんなでつくる住みよい地域 町内会に加入し、活動に参加しましょう〉

知的障害者ふれあいスポーツ大会
 対市内に住む知的障害者とその家族 期9月21日(日)9時~15時
 所鹿児島国際大学 料無料 申電話で8月22日までにあさひが丘学園238-4821(FAX238-5737)か障害福祉課216-1272(FAX216-1274)へ

高齢者のための水泳教室
 内簡単な基本技術、水中ウォーキングなど 対市内に住む60歳以上の人 期9月3日~24日の毎週水・金曜日14時~15時(9月17日を除く。全6回) 所鴨池公園水泳プール 定30人(超えたら抽選) 料300円(スポーツ保険料) 申往復はがきに住所、氏名、電話番号を書いて、8月17日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目31-3(株)スイムシティ鹿児島251-1288(FAX808-0021)へ

マリニピア喜入イベント
 ①道の駅喜入 喜楽市 内喜入地域の農産物などの販売やキレンダーと遊ぼうコーナーなど 期8月17日(日)10時~15時

②バランスボールストレッチ講座 対16歳以上の人 期9月6日(土)11時~12時 所八幡温泉保養館 定20人(超えたら抽選) 料無料 申所定の申込書はがき、ファクス、Eメールで住所、氏名、年齢、性別、電話番号を8月30日(必着)までに〒891-0203喜入町6094-1マリニピア喜入345-1117(FAX345-3412、marinpiak@po3.synapse.ne.jp)へ

敬老の日 いきいき健康クラブ
 内健康体操、グラウンドゴルフなど 期9月15日(祝)10時~13時30分 所スパランド裸・楽・良 定40人(超えたら抽選) 料500円(昼食・入浴料込み) 申所定の申込書はがき、ファクス、Eメールで住所、氏名、年齢、性別、電話番号を9月8日(必着)までに〒891-1102東俣町1450スパランド裸・楽・良245-7070(FAX245-7088、info@spa-rarara.com)へ

スパランド裸・楽・良 日変更 毎月第3火曜日は休館日ですが、8月19日(火)は開館します

第1回高齢者の健康づくり講座 受講者募集
 内久永繁夫氏(鹿児島女子短期大学教授)などによる介護や介護予防に関する講話 対どなたでも 定30人程度 期8月30日(土)10時~12時 所鹿児島女子短期大学(高麗町6-9) 申込みなど詳しくは鹿児島女子短期大学254-9191(FAX254-5914)へ

健康づくり教室・講座				
講座・教室	内容	日時	場所	問い合わせ先
①脂質代謝異常予防教室	森秀樹氏(東部保健センター医師)によるメタボリックシンドロームなどの講話	8月20日(水)14時~15時30分	東部保健センター	
	高司佳代氏(健康運動指導士)と管理栄養士の講話	8月22日(金)14時~16時		
②脳活性チャレンジ講座	猪鹿倉忠彦氏(パルランド病院院長)による認知症の講話	8月20日(水)13時30分~15時30分	郡山保健福祉課	
③腎臓病予防教室	四枝皓二氏(四枝内科院長)、北部保健センター管理栄養士の講話	8月28日(木)14時~16時	北部保健センター	
④ひざ痛・腰痛予防教室	中川俊文氏(中川クリニック院長)、庵下忠親氏(同クリニック理学療法士)の講話	8月28日(木)13時30分~15時30分	松元支所	松元保健福祉課
	村永実幸氏(村永整形外科クリニック院長)、久木野睦氏(同クリニック理学療法士)の講話と実技	8月27日(水)13時30分~15時30分	喜入地区保健センター	
⑤こころの健康教室	平川真理子氏(NPO法人メンタルケア鹿児島)による高齢者のうつ予防の講話	9月2日(火)14時~16時	西部保健センター	
⑥救急医療市民講座	大石充氏(鹿児島大学教授・同大病院院長補佐)の講話	9月7日(日)14時~16時30分	県医師会館	生活衛生課
⑦まちかど交流講座(クッキング)	「よくばりカフェ」~マフィン・マリネサラダ・デザートなど	8月23日(土)13時~16時	精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)214-3352(FAX206-8571)	
⑧はーと講座(全4回)	ワード初心者向け基礎講座(パソコン教室)	9月6日~27日の毎週土曜日10時~12時		

対①~③⑤⑦市内に住む人、④⑥どなたでも、⑧市内に住む精神障害がある人
 定①~⑤なし、⑥300人(当日先着順)、⑦10人、⑧5人(⑦⑧とも超えたら抽選) 料①~⑥無料、⑦500円、⑧540円
 申①~⑥不要、⑦⑧往復はがきに講座名、住所、氏名、電話番号を書いて⑦は8月14日、⑧は8月20日(それぞれ必着)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

特定(長寿)健診・集団検診を受けましょう

◇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
 ◇長寿健診を受診する人は「いきいき受診券」を持参してください
 ◇医療機関でも受診できます

■8月の特定(長寿)健診 ※保険証が必要

日	曜	場所	時間
11	月	和田小学校	8時30分~10時30分
12	火	西部保健センター	9時~10時30分
18	月	星峯東小学校	8時30分~10時30分
19	火	東部保健センター	9時~10時30分
20	水	西陵小学校	8時30分~10時30分
21	木	桜島地区保健センター	8時30分~9時30分
22	金	中央保健センター	9時~10時30分
24	日	武岡小学校	8時30分~10時30分
25	月	桜丘西小学校	8時30分~10時30分
26	火	北部保健センター	9時~10時30分
27	水	伊敷台小学校	8時30分~10時30分
28	木	武小学校	8時30分~10時30分
29	金	宇宿小学校	8時30分~10時30分

問サンサンコールかごしま099-808-3333(FAX099-808-2525)

■8月の集団検診 ※事前予約が必要

日	曜	検診	場所
11	月	胃・腹部	和田小学校
		胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
		子宮・乳	中央保健センター(午後のみ)
18	月	胃・腹部	星峯東小学校
		胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
		子宮・乳	城南小学校(午前のみ)
19	火	子宮・乳	市民体育館(午前のみ)
20	水	胃・腹部	西陵小学校
		胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
		子宮・乳	(午前のみ)※女性のみ
21	木	子宮・乳	田上小学校
		胃・腹部	桜島地区保健センター
		子宮・乳	桜島地区保健センター(午後のみ)
22	金	子宮・乳	東桜島支所(午前のみ)
		子宮・乳	武小学校(午前のみ)
		子宮・乳	中央保健センター
23	土	子宮・乳	県民総合保健センター
24	日	胃・腹部	武岡小学校
25	月	胃・腹部	桜丘西小学校
		胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
		子宮・乳	西陵中学校
26	火	胃・腹部	紫原小学校
		子宮・乳	緑丘中学校(午前のみ)
27	水	胃・腹部	伊敷台小学校
		胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
		子宮・乳	(午前のみ)※女性のみ
28	木	子宮・乳	宇宿小学校(午前のみ)
		胃・腹部	武小学校
		子宮・乳	紫原小学校
29	金	胃・腹部	宇宿小学校
		子宮・乳	中央保健センター
31	日	乳	中央保健センター(午前のみ)

◇受付時間 ①胃・腹部 8時30分~9時30分
 ②子宮・乳 8時30分~9時か13時~13時30分

問がん検診専用ダイヤル214-5489(FAX保健予防課258-2392)
 ※ヘルスサポートセンター鹿児島267-6292(FAX260-1780)での検診は、直接予約が必要です

各支所の福祉課・保健福祉課・保健所 問い合わせ先

●谷山福祉部福祉課 ☎269-8472・8473 FAX267-6555	●保健所代表 (保健総務課・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	