

■イベント・講座

食育への理解を深めましょう

①食育教室

内草野健氏(鹿児島産業保健総合支援センター所長)による講演 ◇演題…若さを保つ食生活～内視鏡から人生が見える

対市内に住む人 **期**2月19日(木)10時～11時30分

②プラスワン食育講演会

内長島未央子氏(鹿屋体育大学講師)による講演 ◇演題…知って得するスポーツ栄養～食から見直す体づくり **対**市内に住む人 **期**2月21日(土)10時30分～12時

①②共 所かごしま市民福祉プラザ **定**70人程度 **料**無料 ◇申し込みなど詳しくは**保健予防課258-2341(FAX258-2392)**へ

精神保健福祉ふれあい交流会

内医療機関や福祉施設などで社会復帰に取り組む人々の舞台発表・作品展示など **対**どなたでも **期**2月20日(金)10時30分～14時30分 **所**谷山サザンホール

料無料 **問**保健予防課258-2351 (FAX258-2392)

ふれあい館杯ふうせんバレーボール交流大会

対知的障害者(児)とその家族か団体 **期**3月7日(土)10時～14時30分 **所**市知的障害者福祉センター(ふれあい館) **定**12チーム(超えたら抽選) **料**無料 ◇申込期限…2月14日 **問**市知的障害者福祉センター(ふれあい館)264-8711 (FAX264-8884)

期3月7日(土)10時～14時30分 **所**市知的障害者福祉センター(ふれあい館) **定**12チーム(超えたら抽選) **料**無料 ◇申込期限…2月14日 **問**市知的障害者福祉センター(ふれあい館)264-8711 (FAX264-8884)

県障害者スポーツ大会

対今年4月1日現在で13歳以上で身体障害者手帳を持ち、医師により出場可能と認められた人 **期**5月10日(日) **所**県立鴨池補助競技場ほか **定**なし **料**無料 **申**障害者手帳と印鑑を持って、3月6日までに**障害福祉課216-1272(FAX216-1274)**か各支所の**福祉課・保健福祉課**へ



みんなで支える認知症

■認知症等見守りメイトによる見守り支援の希望者募集

内生活状況の見守り、あいさつや声かけ、家族からの相談など **対**市内に住む認知症などの高齢者 **問**長寿支援課216-1186(FAX224-1539)

■認知症等見守りメイト養成講座受講生募集

内認知症の症状やケアに関する講義、施設での実習など **対**市内に住む人

コース	1日目 (10時～16時10分)	2日目 (9時30分～12時30分)
平日コース	2月19日(木)	2月26日(木)
土曜コース	2月21日(土)	2月28日(土)

※1日目と2日目の間に半日の施設実習があります **所**市教育総合センター **定**なし **料**無料 ◇申込期限 2月16日 **問**長寿支援課216-1186(FAX224-1539)

■認知症サポーター養成講座受講者募集

内認知症の人への対応など、ビデオ上映を交えた講話 **対**市内に住むか通勤する人 **期**2月13日(金)10時～11時30分 **所**精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) **料**無料 **申**電話かファクスで認知症の人と家族の会鹿児島県支部257-3887 (FAXも同じ、火・水・金曜日の10時～16時)へ ※当日受け付け可

■認知症介護の相談所

◇相談時間 10時～15時(市民相談センターのみ13時～16時) ◇開設場所など詳しくは認知症の人と家族の会鹿児島県支部257-3887(FAX同じ)か長寿支援課216-1186(FAX224-1539)へ

認知症見守りメイトとは？

認知症と思われる一人暮らしの高齢者などの生活状況の見守りや声かけ、家族不在時の見守りや話し相手、家族からの相談などに応じるボランティアのことです。

認知症サポーターとは？

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る存在として、友人や家族に学んだ知識を伝えたり、認知症の人やその家族の気持ちを理解しようと努めるなど、自分のできる範囲で活動する支援者のことです。



健康づくり教室・講座

講座・教室	内容など	日時	場所	申し込み 問い合わせ
①ひざ痛・腰痛予防教室	橋口雅尚氏(整形外科橋口クリニック院長)の講話と湊崎将勝氏(整形外科橋口クリニック理学療法士)による実技	2月17日(火)13時～15時	西部保健センター	
②脳活性チャレンジ講座	植村健吾氏(伊敷病院院長)による認知症に関する講話 高司譲氏(健康運動指導士)による認知症予防に関する講話と実技	2月19日(木)14時～16時 2月26日(木)14時～16時	市消費生活センター	中央保健センター
③みんなのSST講座	高森信子氏(SSTリーダー)の生活技能訓練(SST)に関する講話	2月21日(土)14時～17時★ 2月22日(日)10時～16時◎	精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)	
④手づくり講座	フェイクスイーツのパフェストラップづくり	2月28日(土)10時～12時		
⑤精神障害のある人の家族のための教室	鹿児島南年金事務所の職員による障害年金に関する講話	2月27日(金)14時～15時30分	精神保健福祉交流センター	保健予防課
⑥女性のがん予防教室	川野純子氏(相良病院乳腺外科医師)による講話と患者の体験談	3月5日(木)14時～16時	市消費生活センター	中央保健センター

対①②④⑥市内に住む人、③★は市内に住む精神障害のある人、◎は市内に住む精神障害のある人の家族、⑤市内に住む精神障害のある人の家族など
定①②⑥なし、③★15人、◎は30人(いずれも超えたら抽選)、④10人(超えたら抽選)、⑤50人(先着順)
料①～③⑤⑥無料、④350円程度(材料費)
申①②⑥不要、③④詳しくは**精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)214-3352(FAX206-8571)**、⑤**保健予防課258-2351(FAX258-2392)**へ

郷土料理を作ってみませんか！～郷土料理教室～

内さつまあげ、さつま汁、切り干し大根のポン酢和え、かるかんの調理実習

対市内に住む人 **定**各20人(先着順) **料**500円程度(材料費)

◇準備するもの かつぼう着、三角巾、筆記用具

申東部・南部保健センターは2月13日から、西部・中央保健センターは2月25日から電話で各保健センターへ

月	日	曜	場所
2	24	火	東部保健センター
	5	木	南部保健センター
3	16	月	西部保健センター
	18	水	中央保健センター

◇時間 10時～13時30分



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
- 伊敷福祉課 ☎229-2113 FAX229-6894
- 吉野福祉課 ☎244-7379 FAX243-0816
- 吉田保健福祉課 ☎294-1214 FAX294-3352
- 桜島保健福祉課 ☎293-2360 FAX293-3744
- 喜入保健福祉課 ☎345-3755 FAX345-2600
- 松元保健福祉課 ☎278-5417 FAX278-4189
- 郡山保健福祉課 ☎298-2114 FAX298-2916
- 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
- 北部保健センター ☎244-5693 FAX244-5698
- 東部保健センター ☎216-1310 FAX216-1308
- 西部保健センター ☎252-8522 FAX252-8541
- 南部保健センター ☎268-2315 FAX268-2928
- 吉田地区保健センター ☎294-1215 FAX294-3352
- 喜入地区保健センター ☎345-3434 FAX345-3437