

いきいき
健やかに

健康・福祉

内=内容 対=対象
期=日時・期間・期日 所=場所
定=定員・定数・人員 料=料金
申=申し込み 問=問い合わせ
FAX=FAX E=Eメール
共=共通事項

■イベント・講座

家族介護講習会

内市内に住み、家庭で要支援以上の高齢者を介護している人がボランティアのために介護知識や技術を習得したい人 期来年1月21日(木)10時～16時 所かごしま市民福祉プラザ 定30人(超えたら抽選) 料無料 ※介護を受けている高齢者は介護サービス(短期入所、訪問介護、通所介護のいずれか)を無料で利用可 申はがきに介護者と介護を受けている人の住所、氏名、電話番号、続柄、要介護度、介護サービスを希望するときにはサービスの種類と利用施設名を書いて、11月30日(必着)までに〒892-8677山下町11-1長寿支援課216-1267(FAX224-1539)へ

在宅医療・介護の市民向け講演会

◇演題…在宅で認知症患者さんを支えていくための包括的ケア～予防、治療、介護について～
◇講師…山口浩二氏(山口内科医院院長、九州大学医学部臨床教授) 期11月29日(日)14時～15時30分 所市立病院多目的ホール 定200人程度 料無料 申電話か郵送、ファクス、Eメールで住所、氏名、年齢、電話番号を11月25日(消印有効)までに〒892-8677山下町11-1長寿支援課216-1186(FAX224-1539、Echouju-chi@city.kagoshima.lg.jp)へ

認知症あんしんセミナー

◇演題…認知症の状態に応じた適切なケアの流れ～認知症ケアパス～ ◇講師…長友医継氏(認知症サポート医) 対市内に住む人 期11月27日(金)14時～15時30分 所市立病院多目的ホール 定200人(超えたら抽選)

料無料 申電話か郵送、ファクス、Eメールで住所、氏名、年齢、電話番号を11月20日(消印有効)までに〒890-0072新栄町1-11長寿あんしん相談センター本部(地域包括支援センター) 813-1040(FAX813-1041、Eanshin@kg-shien.org)へ

市民のための歯科健康講座

内8020表彰式、前田一郎氏(気象予報士・MBCウェザーキャスター)の講演 期11月21日(土)13時30分～16時 所中央公民館 料無料 問市歯科医師会222-0574(FAX222-0511)

健康づくり体操教室

内初心者向けの体操や体の引き締めエクササイズ 対市内に住むか職場がある勤労者とその家族 期11月29日(日)10時～11時30分 所勤労者交流センター 定50人(超えたら抽選) 料無料 申電話かファクスで11月15日までに勤労者交流センター285-0003(FAX285-0102)へ

第4回骨盤体操&ストレッチ教室

対18歳以上の人 期11月28日(土)10時～12時(受け付けは9時30分～) 所かごしま健康の森公園 定20人(超えたら抽選) 料無料 申往復はがき(1人1枚)に教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、11月16日(必着)までに〒891-1205かごしま健康の森公園238-4650(FAX238-4548)へ



味めぐり料理教室

内食生活改善推進員による郷土料理教室(①鶏飯・がね、②かいのこ汁・ふくれ菓子、③豚骨・じゃんぼ餅) 対市内に住む人 期①来年1月7日(木)、②来年2月4日(木)、③来年3月3日(木)の10時～13時30分(全3回) 所西部保健センター 定20人(先着順) 料1回600円程度 申電話で12月1日から西部保健センターへ

こころで描く絵画展

内精神障害のある人たちが描く絵画展 期12月15日(火)～20日(日)の9時30分～18時 ※20日は16時まで 所市立美術館 料無料 問保健予防課258-2351(FAX258-2392)

松元平野岡体育館内温泉施設の臨時休業

期12月1日(火)～7日(月) ◇男女更衣室の空調設備改修工事のため 問保健体育課227-1950(FAX227-1923)

パッチワーク教室(小物作り)

対市内に住む人 期11月25日(水)13時30分～15時30分 所さくらじま白浜温泉センター 定10人程度 料無料 ◇裁縫道具は各自持参 申電話かファクスで住所、氏名、年齢、電話番号をさくらじま白浜温泉センター293-4126(FAX同じ)へ

第15回ふれあい館コンサート

内利用者やボランティアによる踊りや歌、楽器演奏など 期12月5日(土)10時～12時 所市知的障害者福祉センター(ふれあい館) 料無料 問市知的障害者福祉センター264-8711(FAX264-8884)

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の人は、勤務先に確認してください
◇12月以降の日程はいきいき受診券に同封の日程表をご確認ください
■11月の特定(長寿)健診 ※保険証が必要

日	曜	場所	受付時間
10	火	西部保健センター	9時～10時30分
11	水	平川小学校	8時30分～9時30分
12	木	喜入地区保健センター	8時30分～10時30分
14	土	ヘルスサポートセンター鹿児島	要予約267-6292
16	月	桜島地区保健センター	8時30分～10時30分
17	火	東部保健センター	9時～10時30分
18	水	福平小学校	8時30分～10時30分
19	木	宮川小学校	9時～11時
21	土	中央保健センター	8時30分～10時30分
24	火	北部保健センター	9時～10時30分
26	木	谷山小学校	9時～11時
27	金	中央保健センター	9時～10時30分
29	日	県民総合保健センター	8時30分～10時30分



※南部保健センターは毎月第1金曜日に実施
問サンサンコールかごしま099-808-3333(FAX099-808-2525)

■11月の集団検診 ※事前予約が必要
◇1年に1回は忘れずに検診を受けましょう

日	曜	検診	場所
11	水	胃・腹部 子宮・乳	ヘルスサポートセンター鹿児島(午前のみ) ※女性のみ
		胃・腹部	平川小学校
12	木	胃・腹部	喜入地区保健センター
13	金	胃・腹部	南部保健センター
14	土	胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
16	月	胃・腹部 胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島 桜島地区保健センター
18	水	胃・腹部 子宮・乳 胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島(午前のみ) ※女性のみ 福平小学校 南部保健センター(午後のみ)
20	金	胃・腹部	JAGグリーン鹿児島坂之上支店
21	土	胃・腹部	中央保健センター
24	火	子宮・乳	南部保健センター
25	水	胃・腹部 子宮・乳 胃・腹部 子宮・乳 乳	ヘルスサポートセンター鹿児島 ※女性のみ 宮川小学校 谷山市民会館 ※9時～9時30分 中央保健センター(午後のみ)
26	木	胃・腹部 子宮・乳	谷山小学校 ※9時～10時 桜丘西小学校
27	金	胃・腹部 子宮・乳	川上小学校 星峯西小学校
28	土	子宮・乳	県民総合保健センター
29	日	胃・腹部	県民総合保健センター
30	月	胃・腹部 胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島 緑丘中学校



◇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

料胃がん検診1000円、腹部超音波検診800円、子宮がん検診600円
乳がん検診(40歳代)1600円・(50歳以上)1100円

申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

■低線量CT肺がん検診費助成事業

対県内に住み、受診日に50歳以上の人(肺がん治療中や1年以内にレントゲン検査で異常を指摘された人を除く)

料3150円(自己負担額)

問県保健福祉部健康増進課がん対策・歯科保健係286-2721(FAX286-5556)