

# イベント・講座

19面にも掲載

## 栄養教室

**内**栄養の基礎知識の講話と調理実習 **対**市内に住む人 ◇期日(場所)…①7月5日・19日(中央保健センター)、②7月7日・28日(東部保健センター) ※①か②の全2回 **定**各24人(先着順) **料**各600円程度 **申**電話で6月13日から①は中央保健センター、②は東部保健センターへ

## 障害者スポーツ短期講座

講座名	日時
卓球短期講座	7月9日～11月23日の日曜日、祝日10時～12時(全8回) ※詳しい日時は問い合わせを
スポーツ吹矢短期講座	7月13日～10月26日の第2・4木曜日10時～12時(全7回) ※10月12日を除く

**内**ルールの基礎や試合形式の講座 **対**市内に住む、18歳以上の身体障害者手帳などを持つ

スポーツに興味がある人 **所**市心身障害者総合福祉センター(ゆうあい館) **定**各10人程度 **料**無料 **申**電話かファクスで講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を6月10日～19日にゆうあい館☎252-7900FAX253-5332へ

## メンタルヘルス講演会

◇演題…病気について知ろう～統合失調症の理解と地域生活について◇講師…小城 くみこ氏(坂之上病院医師) **対**市内に住む人 **期**7月6日(木)14時～15時30分 **所**精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) **定**60人程度 **料**無料 **申**電話で7月5日までに保健予防課☎803-6929へ

## マリンピア喜入八幡温泉保養館が施設整備のため臨時休館します

**期**6月1日(木)～9月30日(土) ◇室内温水プール、会議室、食堂、売店などは通常通り営業します



## ～未来を見据えた健康・福祉制度・家計のために～ 「ジェネリック医薬品」という選択!

皆さんは、国や鹿児島市が利用を勧める「ジェネリック医薬品」をご存じですか? 詳しい内容を国民健康保険課に取材しました。

### ■薬代の節約は家計にも制度運営にも優しい

医師の処方せんが必要な薬には「新薬(先発医薬品)」と、新薬の特許が切れた後に製造・販売される「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」があります。ジェネリック医薬品は新薬と同じ有効成分を含む国の基準を満たした安全な薬で、開発費が抑えられる分、価格が3～5割安くなります。家計に優しいのはもちろん、医療費を抑えることで医療保険制度を維持していくことにもつながるそうです。

### ■ジェネリック医薬品を使うには?

個人の症状や体質によっては新薬を利用したほうが良いこともあります。まずは、医師や薬剤師に相談しましょう。また、国保加入者には今月、新薬からジェネリック医薬品に切り替えたときのお薬代の差額通知が送付されるとのことなので、確認してみましょう。



希望カードの配布も行っているそうです

### ■取材を終えて

今回の取材で、安いからといって品質や効果が劣るわけではなく、十分効果が期待できる安心な薬であることがわかりました。かかりつけの医師に相談しながら上手に選んでいきたいですね。

**問**国民健康保険課☎216-1228FAX216-1200

## 手話通訳者養成講座

講座名	対象	日時
通訳者Ⅰ(旧基本課程)	市内に住む手話講習会基礎編修了者で、手話のボランティア活動の経験がある人(難聴者、聴覚障害者を除く)	6月30日～来年3月23日の金曜日18時45分～20時45分(全36回) ※8月11日、11月3日、12月29日を除く
通訳者Ⅱ(旧応用課程)	市内に住む、通訳者Ⅰの修了者	6月30日～来年3月2日の金曜日13時30分～15時30分(全33回) ※8月11日、11月3日、12月29日を除く
通訳者Ⅲ(旧実践課程)	市内に住む、通訳者Ⅱの修了者	6月30日～10月13日の金曜日18時45分～20時45分(全14回) ※8月11日・18日を除く

**所**通訳者Ⅰ・Ⅱは心身障害者総合福祉センター、通訳者Ⅲは鴨池公民館 **定**各25人 **料**無料(テキスト代は自己負担) **申**電話で6月15日までに障害福祉課☎216-1272へ



## 健康づくり教室・講座

内容	日時	場所
①脳活性チャレンジ講座 (1回目) 横山 俊一氏(南風病院脳神経外科部長)による認知症の診断・治療・予防の講話	6月15日(木)14時～15時30分	東部保健センター
(2回目) 高岡 綾子氏(運動指導員)による認知症予防の運動の実技、保健師による講話	6月22日(木)14時～16時	
②こころの健康教室 ・平川 真理子氏(日本心理学会認定心理士)による高齢者のうつ予防の講話	6月29日(木)14時～16時	西部保健センター
③ロコモ予防教室 ・牛ノ濱 政喜氏(中山整形外科リハビリテーション科理学療法士)によるひざ痛・腰痛予防の講話と実技	6月29日(木)14時～16時	北部保健センター
④脳卒中予防教室 (1回目) 大石 充氏(鹿児島大学大学院歯学総合研究科心臓血管・高血圧内科学教授)による脳卒中予防の講話	6月29日(木)14時～16時	南部保健センター
(2回目) 高岡 綾子氏(運動指導員)による運動実技、管理栄養士による栄養講話	7月6日(木)14時～16時	
⑤脳活性チャレンジ講座 ・猪鹿倉 忠彦氏(パールランド病院院長)による講話 ・高司 佳代氏(運動指導員)による運動実技	6月29日(木)14時～16時30分	松元支所

**対**市内に住む人 **定**なし **料**無料 **申**不要

**問**①～④は各保健センター、⑤は松元保健福祉課

## 精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)の講座

### ①まちかど交流講座(クッキング)

**内**ホットサンドの作り方 **対**市内に住む人 **期**6月29日(木)10時～13時 **定**10人 **料**500円程度(材料費)



### ②はーと講座(パソコン教室)

**内**初心者向け基礎講座(ワード) **対**市内に住む人  
※精神障害者保健福祉手帳などの証明となるものが必要 **期**7月8日～29日の毎週土曜日10時～12時 **定**4人 **料**540円程度(テキスト代)



### ③精神科医を囲む茶話会

**内**江口 政治氏(加治木記念病院院長)を囲み自由に語り合う茶話会 **対**市内に住む人 **期**6月29日(木)14時～16時 **定**7人 **料**100円(お茶代)



### ①～③共

**申**①②は往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて6月19日(必着)までに、③は直接か電話で6月24日までに☎890-0063鴨池二丁目22-18はーと・ぱーく☎214-3352FAX206-8571へ

## 各支所の福祉課・保健福祉課、保健センター 問い合わせ先

- 谷山福祉部福祉課 谷山支所内 ☎269-8472・8473FAX267-6555
- 伊敷福祉課 伊敷支所内 ☎229-2113FAX229-6894
- 吉野福祉課 吉野支所内 ☎244-7379FAX243-0816
- 吉田保健福祉課 吉田支所内 ☎294-1214FAX294-3352
- 桜島保健福祉課 桜島支所内 ☎293-2360FAX293-3744
- 喜入保健福祉課 喜入支所内 ☎345-3755FAX345-2600
- 松元保健福祉課 松元支所内 ☎278-5417FAX278-4189
- 郡山保健福祉課 郡山支所内 ☎298-2114FAX298-2916
- 中央保健センター 鴨池二丁目25-1-11 ☎258-2364FAX258-2392
- 北部保健センター 吉野町3275-3 ☎244-5693FAX244-5698
- 東部保健センター 本庁西別館1階 ☎216-1310FAX216-1308
- 西部保健センター 永吉二丁目21-6 ☎252-8522FAX252-8541
- 南部保健センター 西谷山一丁目3-2 ☎268-2315FAX268-2928
- 吉田地区保健センター 本城町1687-2 ☎294-1215FAX294-3352
- 喜入地区保健センター 喜入町6100 ☎345-3434FAX345-3437