

健(検)診を年に1回は受診しましょう

日程や会場は、いきいき受診券などに同封の日程表や市HPで確認してください。

■**特定健診**…40歳以上の国民健康保険の加入者は無料で受診できます(保険証が必要)

問サンサンコールかごしま☎808-3333
FAX216-1200(国民健康保険課)



市ホームページ

■**長寿健診**…後期高齢者医療の加入者へ「いきいき受診券」と一緒に受診券を郵送しています(保険証が必要)

問長寿支援課☎216-1268FAX224-1539



市ホームページ

■**がん検診**…市内に住む40歳以上(子宮がん検診は20歳以上)で職場などで受診機会のない人が受診できます(保険証が必要)

問がん検診専用ダイヤル☎214-5489FAX803-7026



市ホームページ

【半日がん検診(各種がん検診、歯周病検診など)】

対今年度40・50・60・70歳になる、職場などで受診機会のない人
期7月12日(月)、8月2日(月)

申電話かファクスで県民総合保健センター☎220-2332FAX220-2603へ

市知的障害者福祉センター(ふれあい館)のイベント・講座

■**ふれあい講座**

講座名	開催日	時 間
体幹☆ダンス	7月24日、8月21日の土曜日	13時30分～
ジャンベ	7月27日、8月24日の火曜日	14時30分
キック&RUN	7月28日、8月18日の水曜日	13時～14時30分

対市内に住み療育手帳の交付を受けているか同程度の障害と認められる小学生以上と家族

料無料

◇この他の講座など、詳しくは同館HPへ



■**ふれあい館スタンプラリー**

対市内に住み療育手帳の交付を受けているか同程度の障害と認められる人と家族や介助者のグループ

期8月4日(水)・5日(木)の10時～12時、13時～15時

定各50人(先着順)

料無料

申電話で7月13日から同館へ

【ふれあい館☎264-8711FAX264-8884】

市心身障害者総合福祉センター(ゆうあい館)
第2期 身体障害者パソコン講座 応募要領は20面

コース名	日 時
視覚障害者マイディック(ワード)講座 ▲	7月25日～9月5日の毎週日曜日 10時～12時(全6回。8月15日を除く)
肢体・内部・聴覚障害者エクセル講座(基礎と応用) ▲★	7月26日～8月30日の毎週月曜日 18時～20時(全6回)
肢体・内部・聴覚障害者ワード講座(初級2) ▲	7月27日～8月31日の毎週火曜日 18時～20時(全6回)
肢体・内部障害者パワーポイント講座 ▲★◆◎	7月29日～9月2日の毎週木曜日 18時～20時(全6回)

内パソコン・インターネットの基本的な使い方、文書作成など

対市内に住み、身体障害者手帳を持つ18歳以上の人(▲は初心者向け、★はキーボードでの文字入力可能な人、◆はサポートが不要な聴覚障害者も対象、◎はパソコン持参者優先)

定各7人

料無料

申電話かファクスでコース名も7月20日までにゆうあい館☎252-7900FAX253-5332へ ※水曜日を除く



市民体育館・後期スポーツ教室 応募要領は20面

講座名	日 時	定 員
卓球	9月3日(金)・6日(月)・13日(月)・17日(金)・27日(月)、10月1日(金)・4日(月)・11日(月)・18日(月)・29日(金)の15時～17時(全10回)	20人
硬式テニス	9月3日～10月5日の毎週火・金曜日10時～12時(全10回)	
バドミントン	9月6日(月)・13日(月)・17日(金)・27日(月)、10月1日(金)・18日(月)・22日(金)・25日(月)・29日(金)、11月1日(月)の11時～13時(全10回)	各30人
やさしいヨーガ	9月6日～11月15日の毎週月曜日11時～13時(全10回。10月11日を除く)	50人
ボディコンディショニング	9月9日～11月25日の毎週木曜日19時～21時(全10回。10月28日、11月4日を除く)	30人

対市内に住む18歳以上の人(学生を除く)

料200円(保険料)

申往復はがき(1人1通1講座)で7月20日(必着)までに〒891-0150坂之上一丁目21-1市民体育館☎261-5115FAX261-4093へ ※同館HPからも申し込み可



ホームページ

勤労青少年スポーツ大会 応募要領は20面

内バレーボール(9人制)

対市内に住むか通勤する15歳～おおむね40歳の勤労者(学生を除く)

期9月26日(日)9時～17時

所西原商会アリーナ(鹿児島アリーナ)

定男女各16チーム(先着順)

※混成チームは男子チームとして受け付け

料無料

申直接か郵送、ファクス(送信後に電話確認を)で勤労青少年ホームにある申込書(同ホームHPよりダウンロード可)を7月12日～9月5日(必着)に〒890-0063鴨池二丁目32-30勤労青少年ホーム☎255-5771FAX255-5750へ



第10回すこやか長寿まつり 参加者募集 応募要領は20面

高齢者の社会参加や生きがい・健康づくりを促進するイベントです。野菜の販売などの「ふるさと応援!マーケット」も開催します。

①**グラウンド・ゴルフ大会**

対市内に住む60歳以上の人(3人以上いるチーム(1チーム5人))

期9月28日(火)～30日(木)の8時30分～ 所かごしま健康の森公園

②**ねんりんステージ**

内バーバラ植村氏、東川隆太郎氏による講演など

対市内に住む人と家族

期10月9日(土)13時～17時

所川商ホール

(鹿児島市民文化ホール)

定800人

◇申込期限 ①は8月31日、②は9月17日(いずれも必着)

申①は郵送かファクス、メールで長寿支援課や各支所、各地域福祉館などにある申込書を、②は郵送(1通5人まで)で、〒890-0051高麗町5-25(株)MBCサンステージ☎255-6144FAX285-1161

event@sunstage.co.jpへ

【長寿支援課☎216-1266FAX224-1539】



バーバラ植村氏



東川 隆太郎氏

鹿児島ぶらりまち歩き

内夏にお勧めの「森林浴を体感するコース」などをイヤホンガイドを利用して安心安全に巡る、全13コースのまち歩き(事前予約が必要)

料大人500円(2人以上)、小・中学生100円

※大人1人での参加は1000円

申詳しくは鹿児島まち歩きステーション

☎208-4701FAX208-4703へ

※市観光ナビHPからも申し込み可



ホームページ

