

>> 次のページから広報さかいです



初芝体育館で健康増進

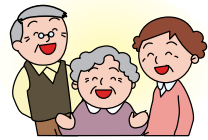
東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶初芝スポーツスクール

表のとおり教室を実施しています。[問合せ] 同館へ。

教室名	曜日	実施時間	対象
サッカー	火	17:30~18:50	小学1~3年生
		19:10~20:30	小学4~6年生
バレーボール	木	17:30~19:00	小学生
		19:10~20:40	中学生以上
バスケットボール (初級)	金	18:00~19:20	小学生
バスケットボール (中級)		19:30~20:50	
スポーツバレエ (初心者~初級)	土	12:30~13:15	3歳以上
スポーツバレエ (初~中級)		13:30~14:15	
スポーツバレエ (上級)		13:30~14:45	
チアダンス	木	17:00~18:20	小・中学生
卓球 (初級)	火	17:00~18:30	小・中学生
卓球 (中級)		19:00~20:30	
バドミントン (初級)	水	17:00~18:45	小・中学生
バドミントン (中級)		19:00~20:45	
テニス (初級)	木	9:00~10:30	中学生以上
テニス (中級)		11:00~12:30	

高齢の方向け 情報 ひろば



東基幹型包括支援センター
東区日置荘原寺町195-1
(☎287-8730 FAX287-8740)

▶白鷺校区まちかど介護相談

介護保険の使い方や手続きなど、介護に関する相談に白鷺校区民生委員会が高齢者相談窓口の職員と連携しながら応じます。

8月27日、9月24日、10月22日、午前9時45分~11時45分、白鷺団地集会場

東第1地域包括支援センター	
東区石原町3丁150 (つるぎ荘・やしも地域サポートセンター内)	☎240-0018
担当区域 (小学校区)	南八下・八下西・日置荘・日置荘西・白鷺
東第2地域包括支援センター	
東区南野田33 (ハーモニー内)	☎237-0111
担当区域 (小学校区)	登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田

で。無料。直接会場へ。
[問合せ] 東第1地域包括支援センターへ。

東文化会館

—北野田フェスティバル— (文化ホール)

(北野田駅前 ☎230-0134 FAX 230-0138 水曜日休館)

▶波吟の会 ゆかた会

8月6日(土)、午前11時開演、メインホールで。無料。全席自由席。

▶Higashi Jazz Stream Vol.2~スタンダードジャズ特集~[写真]

8月20日(土)、午後7時開演、メインホールで。前売券=同館で販売中。1,000円。当日券は200円増し。全席指定席。未就学児の入場はご遠慮ください。



▶講演「手話にたずさわって変わった私の人生」と「手話落語の会」~手で口ほどに笑わせませす~

9月3日(土)、午後2時開演、フラットホールで。前売券=同館で販売中。1,000円。当日券は200円増し。全席自由席。未就学児の入場はご遠慮ください。講演と手話落語には通訳があり、手話と音声の両方で楽しめます。

▶親子のためのクラシックコンサート「音楽の絵本 エレガンス」[写真]

10月16日(日)、午後2時開演、メインホールで。前売券=同館で販売中。大人2,000円、小学生以下1,000円。いずれも当日券は200円増し。

2歳以下(保護者1人につき1人の



©スーパーキッズ

膝上)無料。席必要時有料。

▶東文化名画座「嵐が丘」[若草物語]

10月21日(金)、午前10時30分から「嵐が丘」、午後1時30分から「若草物語」、メインホールで。前売券=8月5日から同館で発売。各500円。いずれも当日券は100円増し。全席指定席。未就学児の入場はご遠慮ください。完全入れ替え制。

▶松竹の漫才day(だい)! くにおちゃん!!

10月30日(日)、午後2時開演、メインホールで。出演は酒井くにお・とおる、海原はるか・かなた、三吾・みゆる、シンデレラエクスプレス、トライアングル。前売券=8月5日から同館で発売。1,200円。当日券は300円増し。全席指定席。未就学児の入場はご遠慮ください。

▶Rasa 北インド古典音楽ライブ

11月5日(土)、午後3時開演、フラットホールで。前売券=8月5日から同館で発売。1,000円。当日券は500円増し。全席自由席。未就学児の入場はご遠慮ください。

—生涯学習施設—

(北野田駅前 アミナス北野田3階 ☎234-5691 FAX 234-5697)

▶親子でたのしくリズム体操

9月11日(日)、午前10時~正午。2歳以上の子どものとその保護者が対象。費用1組500円。

[申込] 直接かはがき、FAXで郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、何を見て知ったかを書いて、8月16日(消印有効)までに東文化会館(〒599-8123 東区北野田1077-301 アミナス北野田3階)へ。抽選15組。

東保健センター つうしん

東区日置荘原寺町195-1 東区役所3階 ☎287-8120 FAX 287-8130

減らしおキャンペーン

汁物や飲み物の塩分を調べてみませんか。同センターで塩分測定器を貸し出します。子どもの夏休みの自由研究や、高血圧などの生活習慣病予防のための塩分チェックに活用できます。小学生以上が対象(中学生以下は保護者のサインが必要)。貸出期間は1週間程度。

[申込] 受け付け中。電話かFAXで住所、氏名、電話・FAX番号、年齢、貸出希望日時を書いて、同センターへ。先着順。

骨(こつ)コツ体操教室

加齢により筋力が落ちると膝や腰が曲がり、綺麗な姿勢を保てなくなります。自宅で簡単に、楽しくできる筋力トレーニングを理学療法士が紹介します。

8月8日(月)、午後2時30分~3時30分、東区役所で。東区在住で、医師から運動を制限されておらず、つえなしで歩行可能な方が対象。

[申込] 8月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号を書いて、同センターへ。先着40人。

ひらめき脳トレプラス教室

認知症予防のための知的プログラムを中心に教室を開催します。内容は表のとおり。午前9時30分~11時30分、東区役所で。全回参加できる、65歳以上の介護認定を受けていない方が対象。無料。

[申込] 電話かFAXで住所、氏名、電話番号を書いて、8月2~10日に同センターへ。抽選20人。

回	開催日	主な内容
1	9月5日	記録会:脳機能や運動機能をチェック
2	12日	お口の機能の話、有酸素運動、ゲーム
3	23日	食事の話①、有酸素運動、ゲーム
4	29日	有酸素運動、ゲーム
5	10月4日	口腔ケアの話①、有酸素運動、ゲーム
6	11日	有酸素運動、ゲーム
7	19日	食事の話②、有酸素運動、ゲーム
8	28日	
9	11月4日	有酸素運動、ゲーム
10	8日	
11	14日	口腔ケアの話②、有酸素運動、ゲーム
12	21日	記録会:まとめ

胃がん検診

予約制。費用500円(65歳以上の方は無料。生活保護・市民税非課税世帯などに属する方は事前に申請(要印鑑)すれば無料)。詳しくはお問い合わせください。

[申込] 受け付け中。電話かFAXで住所、氏名、電話番号を書いて、同センターへ。先着40人。

対象:40歳以上の方
日時:9月12日(月)、9:00~11:30
場所:東区役所

8月の日程(予約は電話かFAXで同センターへ)

健診・相談名	日時	その他の健診・相談
■ハッピーマタニティクラス (無料。予約制)全3回。男性(パパ)も参加可	8月4日(1回目) 13:30~16:00 8月18日(2回目) 10:15~15:00 9月1日(3回目) 13:30~16:00	■BCG 予防接種 (無料。5か月児個別通知) 対象:生後1歳に至るまでの子ども ■乳幼児健診 ・4か月児健診 ・1歳6か月児健診 ・3歳児健診(3歳6か月児が対象) (無料。個別通知)
■離乳食講習会(ゴックンモグモグ離乳食) 5・6か月児の保護者が対象(無料。予約制) 4か月児健診時にも予約可	8月5日 10:30~11:30	転入・転出のときは同センターへお知らせください。 ■一般健康相談時に実施する検査 ・HIV、梅毒(血液)、クラミジア(尿)のセット検査(無料) ・HIV抗体検査(無料) ・その他血液検査(有料)
■カミカミパクパク離乳食 (無料。予約制)3回食へのすすめ方の話。 おおむね9~11か月児の保護者が対象。	8月19日 10:30~11:20	■検便(腸内病原菌など)検査 (有料)(祝休日は休み) 月~金曜日の9:00~11:00
■一般健康相談 (無料)直接会場へ。診断書発行不可	8月23日 9:00~11:00	■難病に関する相談 (無料)
■食生活相談 (無料。予約制)管理栄養士による生活習慣病予防などの相談	8月3・8・17・18・23日 9月7日 14:00~16:00	■骨粗しょう症予防検診 (有料。予約制(先着40人)) 対象:18歳以上の方 日程:10月24日(月)、午後 ※詳しくは同センターへお問い合わせください。
■精神保健福祉相談 (無料。予約制)こころの病気・アルコール問題などで悩む方や家族の相談	8月8・25日 13:30~15:30	
■成人の歯科相談 (無料。予約制)成人対象。歯科検診・相談など(妊婦は進んで検診しましょう)	8月4日 13:30~15:30 8月24日 9:30~11:00	
■子どもの歯相談室 (無料。予約制)1歳6か月児健診でフッ素塗布を受けていない4歳未満の方にフッ素塗布あり(1回限り)		

肺がん・結核検診

胸部エックス線検査(予約不要)は無料。
たん検査(肺がん検診)の追加は400円(一定条件あり。検診日の10日前までに要予約。65歳以上の方は無料。生活保護・市民税非課税世帯などに属する方は

事前に申請(要印鑑)すれば無料)。
予約方法など詳しくは、お問い合わせください。

対象:40歳以上の方
日程:9月1日(木)、日置荘西小学校
9月27日(火)、南八下小学校
時間:13:30~15:30