



>>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

▶グラウンドゴルフ ハッピー杯
10月27日(金)、午前9時30分から初芝野球場で。18歳以上の方が対象。費用800円。雨天時は11月10日(金)。
[団 込] 9月20日～10月15日に直接同館へ。先着200人。
▶ハッピーひろば
310畳の部屋で遊具を使ってみんな自由に遊びます。指導員によるリス

ム運動やゲーム遊びもあります。
9月19日(火)、午前10～11時30分。平成25年4月2日以降に生まれた子どもとその保護者が対象。費用1家族500円。
登録のうえ、当日は券売機で券を購入後、参加してください。



東老人福祉センター「だま」

東区日置荘原寺町195-1 ☎287-8150 FAX287-8160

利用には利用証の提示が必要です。市内在住の60歳以上の方が利用証を作ることができます。詳しくは同センターへ。
▶健康教室
「長生き&介護予防のために(食)を見

直す」をテーマに、介護予防、高齢の方の栄養のとり方、口腔(こうくう)ケアについて講演します。
9月19日(火)、午後1時30分～3時、同センターで。無料。
[団 込] 9月5日から直接か電話で同センターへ。先着35人。



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)

▶東区認知症家族の会「ポピー」
お茶を飲みながら楽しく話しませんか。ミニ勉強会も行います。
9月22日(金)、午後1時30分～3時30分、東区役所で。認知症の方を介護している家族が対象。無料。
[団 込] 直接か電話で9月15日までに東基幹型包括支援センターへ。
▶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

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

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。
9月23日、10月28日、11月25日、午前9時45分～11時45分、白鷺団地集会所で。無料。直接会場へ。
[団 込] 東第1地域包括支援センターへ。

東保健センター とうしん

東区日置荘原寺町195-1 東区役所3階 ☎287-8120 FAX287-8130

ひがし食と歯の健康サロン

食のバランス、歯磨きマシエックや歯磨きグッズの展示などを行います【写真】家庭のみそ汁やスープなどを少量持参すると、塩分濃度を測定できます。
主催はボランティアグループ堀市健康づくり食生活改善推進協議会東支部「すずらん会」、歯と口の健康づくり自主活動グループ「ひがし8020メイト」。
9月26・27日、午前10時～午後4時、東区役所1階ロビーで。無料。直接会場へ。

おいしい調理講習会 ～夏バテした身体を元気に！～

元気を保つ食事の話と調理実習を行い

ます。家庭のみそ汁を少量持参すると、塩分濃度を測定できます。
9月22日(金)、午前10時～午後1時、東区役所で。65歳以上の方が対象。無料。
[団 込] 9月4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20人。

なるほど歯周病教室

歯周病の最新情報と予防について、歯科衛生士による話と実習を行います。
9月25日(月)、午後1時30分～3時30分、東区役所で。20歳以上の方が対象。無料。
[団 込] 9月4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18人。



胃がん検診・大腸がん検診(集団検診)

予約制。費用は胃がん検診500円、大腸がん検診300円(66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。
胃がん検診(集団検診)では、大腸がん検診(集団検診)の同時受診が可能です(大腸がん検診のみの受診はできません)。なお、医療機関でも受診できます。詳しくは市ホームページ(アドレス

は広報さかい1ページ参照)でご覧になれます。
対象：50歳以上の偶数年齢の方
日程：①10月10日(火)、②11月6日(月)
時間：いずれも9：00～11：30
場所：東区役所1階
[団 込] ①受け付け中。②9月4日から、電話かFAXで住所、氏名、電話番号を書いて、がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。先着各30人。

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 FAX230-0138 水曜日休館)
前売券が完売した場合、当日券はありません。

▶済州(ちえじゆ)・日本神話交流美術展「済州・日本神話児童画交流展～神話の記憶を辿る～」

9月8～12日、午前10時～午後5時(8日は午後1時から、12日は午後4時まで)、ギャラリーで。無料。直接会場へ。

9日には、済州・日本の神話・民話一韓日交流の古代史一神話作品の解説と講演を行います。午後2時からフラットホールで。無料。直接会場へ。先着130人。

▶HAMORI-BE コンサート～親子で聴こう!歌おう!楽しもう!～

9月24日(日)、午後2時開演、フラットホールで。前売券＝同館で販売中。中学生以上1,000円(当日券は200円増し)。小学生以下500円(当日券は100円増し)。全席自由席。2歳以下の子どもは入場はご遠慮ください。

▶音楽物語 Flute&Piano Concert
10月9日(祝日)、午後2時開演、フラットホールで。前売券＝同館で販売中。大人1,000円(当日券は200円増し)。3歳児～中学生500円(当日券は100円増し)。全席自由席。2歳以下の子どもは入場はご遠慮ください。

▶Higashi Jazz Stream Vol.3～映画音楽特集～
10月21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。

▶RASA・北インド古典音楽&南インド古典舞踊ライブ

11月5日(日)、午後3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 FAX234-5697)

▶ハロウィンのナチュラルバスケット【写真】

①ハロウィンのオーナメントや実を使った秋らしいアレンジメントを作ります。=9月30日(土)、午前10時～正午。費用2,500円。

▶アロマテラピー講座
いずれも午後2～4時。費用各2,000円。

②香り(精油)についてのアロマテラピー(ジェルづくり)=10月19日(木)。

③セルフタッチで楽しむアロマテラピー(ハンドクリームづくり)【写真】=11月16日(木)。

[団 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、希望講座名、何を見て知ったかを書いて、①は9月14日、②は9月24日、③は10月8日(いずれも必着)までに同館へ。抽選各10人。



9月の日程(予約は電話かFAXで東保健センターへ)

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(リビ)も参加可	10月5日(1回目) 13:30～16:00 10月19日(2回目) 10:15～15:00 11月2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歳までの子ども ■乳幼児健診 (無料。個別通知)
■離乳食講習会(ゴ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	10月6日 10:30～11:30	・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) 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 (無料)直接会場へ。診断書発行不可	9月26日 9:00～11:00	■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 抗原抗体検査(無料) ・その他血液検査(有料)
■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	9月6・11・20・21・26日、10月4日 14:00～16:00	■検便(腸内病原菌など)検査 (有料) 祝休日は休み 月～金曜日、9:00～11:00
■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	9月6・11・20・21・26日、10月4日 14:00～16:00	■難病に関する相談 (無料)
■成人の歯科相談 (無料。予約制)成人対象。歯科検診・相談など(妊婦は進んで受診しましょう)	9月26日 9:30～11:00 9月28日 13:30～15:30	■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23日(月)、午後 ※詳しくは同センターへ。
■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)	9月14日 13:30～15:30 9月27日 9:30～11:00	

肺がん・結核検診(集団検診)

対象：40歳以上の方
日程：①9月7日(木)、②9月25日(月)
時間：いずれも13:30～15:30
場所：①日置荘西小学校、②南八下小学校
なお、医療機関でも受診できます。予約方法など詳しくは、がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。