



>>次のページから広報さかいです

ホームアップ 東文化会館

一北野田フェスティバルー (文化ホール)

(北野田駅前 ☎230-0134 FAX230-0138 水曜日休館)

いずれも未就学児の入場はご遠慮ください。

▶Higashi Jazz Stream vol.4〜グレンミラー特集〜

9月29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。全席自由席。

▶東文化名画展

10月19日(金)、午前10時から「ジャレド」、午後1時30分から「ローマの休日」、メインホールで。前売券=同館で販売中。各500円。当日券は各100円増し。全席指定席。完全入れ替え制。

▶Rasa・北インド古典音楽ライブ 2018

12月1日(土)、午後3時開演、フラットホールで。前売券=9月7日から同館で発売。1,000円。当日券は500円増し。全席自由席。



生涯学習施設

(北野田駅前 アミナス北野田 3階 ☎234-5691 FAX234-5697 east@sakai-bunshin.com)

▶文化講座

①ハロウィンフラワーアレンジメント=ハロウィンを盛り上げるプリザーブドフラワーを使ったアレンジを作ります。

9月29日(土)、午前10時~正午。費用2,500円。

②ホームベーカリーを使ったパンレッスン~可愛いどんぐりパン【写真】~=10月4日(木)、午前10時~午後0時30分。費用2,200円。

③モロッコカゴづくりワークショップ=初心者でも簡単に編めるかわいカゴを作ります。

10月30日(火)、午前10時~午後0時30分。費用2,500円。

☎☎直接かはがき、FAX、電子メールで郵便番号、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15日、②は9月20日、③は10月15日(いずれも必着)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①10人、②16人、③8人。



図書館だより



東図書館(東区北野田1077 アミナス北野田4階 ☎235-1345 FAX236-1517) 開館時間=火~金曜日 午前10時~午後8時 土・日曜日、祝休日 午前10時~午後6時

初芝分館(東区尻町221-4 初芝体育館内 ☎286-0071 FAX286-0091) 開館時間=火~日曜日、祝休日 午前10時~午後5時

■休館日

東図書館・初芝分館 9月3・4・10日、10月1日(初芝分館のみ資料整理期間のため9月19・20日も休館)。

■ブックフェア(月ごとにテーマに沿った本を展示・貸し出します)

▶東図書館=一般向け「カール・マルクスを読む」。子ども向け「たべものふしぎ」。

▶初芝分館=一般向け「防災を考える」。子ども向け「むかし話いろいろ」。

■ようこそおはなし室へ

いずれも無料。直接会場へ。

▶赤ちゃん絵本の会

乳幼児向けの絵本の読み聞かせや手遊びなど。

▶東図書館=9月8・28日、午前11~11時20分、おはなし室で。先着各15組。

▶初芝分館=9月7日(金)、午前11~11時20分、2階研修室で。

▶えほんの会

いろいろな絵本の読み聞かせなど。

9月8・15日、午後3~3時30分、東図書館おはなし室で。先着各30人。

▶おはなし会

昔話の語り聞かせや絵本の読み聞かせなど。先着各30人。

▶東図書館=9月22・29日、午後3~3時30分、おはなし室で。

▶初芝分館=9月15日(土)、午後3時30分~4時、2階研修室で。

■読書会

図書館では読書グループの活動を案内しています。☎☎東図書館へ。

■移動図書館・くすのき号

9月9・23日、午後2時40分~3時40分(到着時間は多少前後します)、東初芝公園(東区日置北町1丁23)で。

☎☎中央図書館(☎244-3811 FAX244-3821)へ。

■図書館サポーター養成講座

図書館でのボランティア活動に興味のある方を対象に実施します。修了後は、書架の整理や本の修理などの協力をお願いします。

9月27日(木)、午後1~4時、東図書館で。15歳以上の方が対象(中学生は不可)。無料。

☎☎9月5日、午前10時から直接か電話で同館へ。先着10人。

ご利用ください 地域活動支援センター

地域活動支援センターは市内に17カ所あり、障害者の方が地域において自立した日常生活や社会生活ができるよう支援を行っています。

東区にはプログラム活動や当事者の力を高める機能を有する生活支援型の地域活動支援センターしらすき・ネスト(東区白鷺町1丁21-7 ☎286-2300 FAX286-2301)があります。気軽にご利用ください。

詳しくはしらすき・ネストが障害者支援課(☎228-7510 FAX228-8918)へ。

東保健センター つうしん

東区日置荏原寺町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、歯磨き圧チェックや歯磨きグッズの展示などを行います。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。



展示パネル

主催はボランティアグループ堺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25・26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。

なるほど歯周病教室

歯周病の予防について、歯科衛生士が話と歯磨き実習をします。

9月28日(金)、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。

☎☎9月3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。

健トレ~生活習慣改善計画~ 「メタボ予防教室」

メタボ予防のための運動や栄養について学ぶ教室です。筋トレ、バランストレーニング、体幹トレーニングなどを実践します。運動後は、健康的な食事や調理の方法、口の健康について学びます。



調理実習の様子

10月2日(火)、午前9時15分~午後3時(午前9時30分まで受け付けと身体計測)、東区役所で。東区在住の74歳以下で医師に運動を制限されていない方が対象。

☎☎9月3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。

肺がん・結核検診(集団検診)

胸部X線検査(予約不要)。たん検査(肺がん検診)の追加可(一定条件あり、検診日の10日前までに要予約。申し込みは東保健センターへ)。無料。

対象: 40歳以上の方
日程: 9月28日(日)
時間: 13:30~15:30
場所: 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。

東区教育・健全育成相談窓口

子どもに関する悩みや気になることはありませんか。学習や友人関係、生活習慣に関する事など、困りごとがありましたら、気軽に相談してください。保護者の方などを対象に、元教員の相談員がお聞きします。

開設日時は、月~金曜日(祝休日、年末を除く)、午前9時~午後5時。相談は、直接か電話で東区教育・健全育成相

談窓口(東区役所企画総務課内 ☎287-8109 FAX287-8113)へ。

また東図書館でも同様に、教育に関する相談窓



口を開設します。9月28日(金)、午前10時~正午、東図書館(東区北野田1077 アミナス北野田4階)で。無料。直接会場へ。☎☎同窓口へ。

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(♂)も参加可 ①妊娠中の過ごし方・エクササイズ ②妊娠中の食事と歯について ③赤ちゃんとの生活について(沐浴など)	10月4日(1回目) 13:30~16:00 10月18日(2回目) 10:15~15:00 11月1日(3回目) 13:30~16:00	■BCG 予防接種 (無料。5カ月児個別通知) 対象: 生後1歳までの子ども ■乳幼児健診 (無料。個別通知) ・4か月児健診 ・1歳6か月児健診 ・3歳児健診(3歳6カ月児が対象) 転入・転出のときは同センターへお知らせください。
■離乳食講習会(ゴクンモグモグ離乳食) (無料。予約制)5・6カ月児の保護者が対象。4か月児健診時にも予約可	9月7日、10月5日 10:30~11:30	■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)
■一般健康相談 (無料)直接会場へ。診断書発行不可	9月25日 9:00~11:00	■検便(腸内病原菌など)検査受付 受付: 月~金曜日、9:00~11:00 (有料)(祝休日は休み)
■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		■難病に関する相談
■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5・10・19・25日、10月3日 14:00~16:00	■骨粗しょう症予防検診 踵骨の超音波骨密度測定。 有料。予約制(先着30人) 対象: 18歳以上の方 日程: 10月22日(月)、午後 9:30~11:00 ※詳しくは同センターへ。
■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25日 9:30~11:00 9月27日 13:30~15:30	
■子どもの歯科相談室 (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13日 13:30~15:30 9月26日 9:30~11:00	