



>>次のページから広報さかいです



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(東区野尻町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 10月7・21・28日。
- 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「万能の人レオナルド・ダ・ヴィンチ」。子ども向け「外国語絵本」。
 ▷初芝分館=一般向け「おもしろブック探偵帖」。子ども向け「消えゆく動物たち」。
- ようこそおはなし室へ
 ▶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を行います。先着各15組。
 ▷東図書館=10月12・25日、午前11~11時20分、おはなし室で。
 ▷初芝分館=10月4日、11月1日、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を

- 行います。
 10月19日(土)、午後3~3時30分、東図書館おはなし室で。先着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を行います。先着各30人。
 ▷東図書館=10月5・12・26日、11月2日、午後3~3時30分、おはなし室で。
 ▷初芝分館=10月19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。
- 移動図書館・くすのき号
 10月6・20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(東区日置荘北町1丁23)で。
 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)。

花と緑の相談コーナー

専門の相談員が園芸や庭作りなどの相談に応じます。
 10月15日(火)、午後1~4時、東区役所1階市政情報コーナーで。
 園堺市公園協会(☎245-0070 FAX245-0069)。

がん講演会・ろうさい市民 がんセミナー

「子宮がんの予防から治療まで」

地域がん診療連携拠点病院として活動する大阪労災病院の専門医などが、子宮がんについてわかりやすく話します。
 10月30日(水)、午後2時30分~4時30分、東区役所で。無料。
 受付中。はがきで郵便番号、住所、

氏名、電話番号、参加人数を10月21日(必着)までに大阪労災病院「ろうさい市民がんセミナー」係(〒591-8025 堺市北区長曾根町1179-3 ☎252-3561 FAX255-3349)へ。先着100人。申込者には後日、参加証を郵送します。

東保健センター 3020 つうしん

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

いずれも東区役所で。無料。

オトナのためのお口の健康教室~8020メイト養成講座~

「歯と口の健康」の秘訣を学習します。受講修了者は、地域に口の健康の大切さを伝えるボランティア「ひがし8020メイト」として活動や学習会に参加できます。
 日程、内容は表のとおり。いずれも午後1時30分~3時30分。市内在住で18歳以上の全回参加できる方が対象。
 10月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ。先着18人。

開催日	内容
10月25日	歯科医師講話：8020の秘訣 歯科衛生士：歯みがき実習
11月5日	自分の口の中を知ろう 歯科検診・相談 管理栄養士による栄養ミニ講座 ひがし8020メイトと交流
11月18日	口の機能とむせ予防：言語聴覚士講話 口腔乾燥について：歯科衛生士講話 健口体操 ひがし8020メイトと交流 修了式(修了証書授与)

すこやか貯筋教室

ロコモ(脚力の低下など)を予防するための、自宅で簡単にできる筋トレ・堺コッカ体操や健口体操を学びませんか。
 10月28日(月)、午後2時30分~3時45分。東区在住で、医師から運動を制限されておらず、つえなしで歩行できる方が対象。
 10月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ。先着40人。

無料 がん検診(集団検診)のお知らせ

	種類	日程	場所
①	肺・胃・大腸がん検診	10月30日	登美丘南小学校(東区草尾596)
②	肺・胃・大腸がん検診	11月6日	東区役所
③	胃・大腸がん検診	11月22日	野田小学校(東区北野田897-2)

▶肺がん検診 9~11時受け付け。たん検査の追加可
 40歳以上の方が対象。予約不要。午前(一定要件あり、検診日の10日前までに

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)

ミュージアムサテライトプロジェクト~ミュージアム作品展~

10月12~20日、午前10時~午後6時、ギャラリーで。無料。直接会場へ。

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ジャイロキネシスで全身運動!
 【写真】=11月1・

15・29日、午前10~11時30分。費用3,000円。抽選10人。

②アロマ講座~マスカハニーを使ったしっとり化粧水作り~=11月28日(木)、午後2~3時30分。費用2,000円。抽選10人。

③ホームペカリーを使用したパンレッスン~クリスマスベルコルネ~【写真】=11月30日(土)、午前10時~午後0時30分。費用2,200円。抽選15人。

受付中。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①は10月16日、②は11月13日、③は11月12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。



東老人福祉センターだより

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。

健康教養講座

「寝たきりにならないために」をテーマに、いつまでも元気な体をめざして、予防習慣を学びます。

10月15日(火)、午後1時30分~3時、同センターで。無料。

受付中。直接か電話で同センターへ。先着35人。

さかい商店街まつり

10月2~5日の4日間、市内の商店街12会場で、「さかい商店街まつり」を開催します。

東区では、ものまね芸人・花やちんどん屋が登場する催しを行います。

10月3日(木)、午前10時から白鷺駅前で。無料。直接会場へ。また、10月3~

27日は商店街独自の催しとして、商友会ととく祭も行います。

商業流通課(☎228-8814 FAX228-8816)。



花



ちんどん屋

健診・相談の日程(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(パパ)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3日(1回目) 13:30~16:00 10月17日(2回目) 10:15~15:00 11月7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。 ■一般健康相談時に実施する検査 ※検査結果は、同センターでお渡しします。 ・HIV 抗原抗体検査(無料) ・HIV、梅毒、クラミジア(尿)のセット検査(無料) ・風しん抗体検査(有料(堺市民の方で妊娠を希望される方などは無料になる場合があります)) ・その他血液検査(有料) ■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)
■離乳食講習会(コッ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	10月4日 11月1日 10:30~11:30	■難病に関する相談 (無料) ■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：12月9日(月)、午後9:30~11:00 ※詳しくは同センターへ。
■一般健康相談 (無料)直接会場へ。診断書発行不可	10月29日 9:00~11:00	
■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	10月29日 9:30~11:30	
■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	10月7・16日 11月11日 14:00~16:00	
■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)	10月24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)	10月10日 13:30~15:30 10月23日 9:30~11:00	

要予約。
 ▶胃がん検診 50歳以上の偶数年齢の方が対象。予約制。午前中。先着各40人。
 ▶大腸がん検診 胃がん検診と同時に受診可(大腸がん検診のみの受診はできません)。予約制。

午前中。先着各40人。
 受付中。①は10月6日、②は10月13日、③は10月27日までに電話かFAXで住所、氏名、生年月日、電話番号をがん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)へ。医療機関でも受診できます。詳しくは市ホームページ参照。