



>>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5・12・19・26日、11月2日
- ブックフェア(月ごとにテーマに沿った本を展示・貸出します)
 ▷東図書館=一般向け「古文書に親しもう」。子ども向け「外国語絵本」。
 ▷初芝分館=一般向け「秋の夜長のミステリー」。子ども向け「芸術に親しもう」。
- おはなし会
 おはなし会などについて、新型コロナウイルス感染症拡大防止を

徹底した上で、実施を検討しています。最新の情報はお問い合わせください。
 ■読書会(東図書館)
 図書館では読書グループの活動を案内しています。
 ■移動図書館・くすのき号
 ▷東初芝公園(東区日置荘北町1丁23)=10月4・18日、11月1日 午後2時40分~3時40分(到着時間は多少前後します)。
 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)

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。

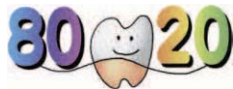
▶健康教養講座
 「骨カルシウム」をテーマに、骨の役割や骨に欠かせない栄養素であるカルシウムについて学びます。
 10月20日(火)午後1時30分~3時、同センター2階大広間で。無料。
 10月1日から直接か電話で同センターへ。先着15人。

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

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」の秘けつを学習します。歯肉の腫れや出血など自覚症状があれば、要注意。お口の機能を高めましょう。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(11月2日のみ午後1~3時30分の間で個別対応)。市内在住で18歳以上の全回参加できる方が対象。
 ⑩10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16人。

開催日	内容
10月23日	「8020(ハチマルニイマル)の秘訣」：歯科医師講話
11月2日	「自分の口の中を知らう」：歯科検診・相談・個別相談
11月10日	「栄養ミニ講座」：管理栄養士講話 「口腔ケアのコツを知らう」：歯科衛生士講話 ひがし8020メイトと交流
11月16日	「口の機能とむせ予防」：言語聴覚士講話 健口体操

すこやか筋筋教室

ロコモを予防するための、自宅で簡単にできる筋トレ・塚コッカラ体操や健口体操を学びませんか。
 10月26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、つえなしで歩行できる方が対象。
 ⑩10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15人。

無料 がん検診(集団検診)のお知らせ

検診内容	日程	場所
①胃がん/大腸がん/肺がん・結核	10月15日	白鷺小学校
②胃がん/大腸がん/肺がん・結核	10月23日	登美丘南小学校
③胃がん/大腸がん	11月10日	野田小学校
④胃がん/大腸がん/肺がん・結核	11月19日	東区役所

※今年度東区で実施予定の集団検診の年間スケジュールを東保健センターホームページでお知らせしています。

また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次のことにご協力をお願いします。
 ▷検診当日は自宅で検温し、37.5℃以上の発熱・咳(せき)などの症状がある方や体調がすぐれない方、感染の不安がある方は受診を見合わせてください。

▷受診の際は、マスクを着用のうえ、最少人数でお越しください。

▶胃がん検診/大腸がん検診
 50歳以上の偶数年齢の方が対象。予約制。先着25人。
 ※集団検診では、大腸がん検診単独での受診はできません。

▶肺がん・結核検診
 40歳以上の方が対象。直接会場へ。受付時間は午前9~11時。たん検査の追加可(要件あり、検診日の10日前までに要予約)。

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
 祝休日を除く水曜日休館

▶東文化名画展「ティファニーで朝食を」

12月11日(金)午前10時、午後1時30分からメインホールで。
 前売券=10月3日から同館で発売。前売券・当日券ともに500円。全席指定席。未就学児の入場はご遠慮ください。

▶ぶんか寄席
 来年1月30日(土)午後2時開演、メインホールで。
 前売券=10月3日から同館で発売。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。

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 East@sakai-bunshin.com

▶文化講座

ホームページを使用
 したパソコン
 ス～クリスマスツリー
 パン~[写真]=



11月12日(木)午前10時~午後0時30分。費用2,300円。抽選12人。

⑩受付中。直接かはがき、FAX、電子メールで郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢、希望講座名、何を見て知ったかを10月28日(必着)までに同館(〒599-8123 東区北野田1077-301 アミナス北野田3階)へ。

北野田エンターテインメントフェスティバル ~「音楽」と「笑い」の祭典~

10月31日(土) 10:00~東文化会館(北野田駅前) ☎230-0134 FAX230-0138

主催 北野田エンターテインメントフェスティバル実行委員会
 共催 東文化会館

吹奏楽やミュージシャンによるパフォーマンスと東区にゆかりのある落語家による落語公演で盛り上げます。

■音楽・映画(いずれも無料)

会場	時間	演目
フラットホール	10:00~11:29	映画「笑顔の向こうに」
メインホール ギャラリー	10:00~18:30	音楽など

■落語

フラットホールで。入場券は東文化会館で販売中。全席自由席。未就学児の入場はご遠慮ください。

	時間	入場券
1部	13:00~14:00	各回 前売500円 当日700円
2部	14:30~15:30	
3部	16:00~17:00	
4部	17:30~18:30	

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1日(1回目) 13:30~16:00 10月15日(2回目) 12:45~15:00 11月5日(3回目) 13:30~16:00	■BCG 予防接種 (無料。5ヵ月児個別通知) 対象：生後1歳までの子ども ■乳幼児健診 (無料。個別通知) ・4ヵ月児健診 ・1歳6ヵ月児健診 ・3歳児健診(3歳6ヵ月児が対象) 転入・転出のときは同センターへお知らせください。 ■検査・相談
■離乳食講習会(ゴックンモグモグ離乳食) (無料。予約制)5・6ヵ月児の保護者が対象。 4ヵ月児健診時にも予約可。	10月2日 11月6日 各日とも ⑩10:00~ ⑪11:00~	※検査結果は、同センターでお渡しします。 ・肝炎ウイルス検査 ・風しん抗体検査 ・HIV検査 ・梅毒検査 ・クラミジア検査
■検査・相談 (無料)直接会場へ。	10月27日 9:30~11:00	■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)
■生活習慣病予防相談(無料。予約制)		■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	10月27日 9:30~11:30	■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20人)) 対象：18歳以上の方 日程：10月26日(月)、午後
■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5日・21日 11月2日 14:00~16:00	※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(妊婦はまず受診しましょう)	10月22日 13:30~15:30	
■子どもの歯相談室 (無料。予約制)1歳6ヵ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8日 13:30~15:30 10月28日 9:30~11:00	

開始直後は混み合う場合があります。

⑩受付中。①②④の胃・大腸がん検診は受付終了、①の肺がん検診(たん検査)は10月5日まで、②の肺がん検診(たん検査)は10月13日まで、③は10月18日まで、④の肺がん検診

(たん検査)は11月9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。詳しくはホームページ参照。