



次のページから広報さかいですく



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れます。詳しくは同センターへ。

▶健康教養講座

テーマ 介護保険制度について

日時 2月15日(火)13時30分～15時 場所 同センター 料 無料 先着 25人

申込 2月1日から直接か電話で同センターへ。



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

来館前の検温やマスク着用、体調不良時の参加自粛をお願いします。3密回避のため、保護者の体育室内への入場制限を設ける場合があります。

▶めざせ!しのびポケモンゲッコウガ!忍者学校

心も体もゲッコウガになりきって、さまざまな修行に挑戦します。楽しみながら、いろいろな体の動かし方を体験して、子どもたちの気持ちや力をひきだします。

日時 2月19日(土)1部は10～11時30分、2部は13～14時30分

対象 1部は平成27年4月2日～平成30年4月1日生まれの幼児、2部は小学1～3年生

料 2,200円 先着 各部20人

申込 2月1日から直接か同館(HP)(QRコード)へ。



集団回収報償金の申請は2月中に

昨年8月～今年1月に東区内で実施した古紙や衣類などの集団回収に対する報償金の申請を受け付けます。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、郵送申請を推奨します。

申請方法や新規登録など、詳しくは東区役所自治推進課へ。

日時 2月1～28日(土・日曜日、祝日を除く)

同課 ☎287-8122 FAX287-8113



東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

▶カミカミ・パクパク離乳食講習会

離乳食についてお悩みはありませんか。1日3回食への進め方や生活リズムなどについて、一緒に学びましょう。

日時 2月24日(木)10～10時30分 場所 東区役所

対象 おおむね9～11カ月児の保護者 料 無料 先着 10人

申込 2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。

▶すこやか貯筋教室

ロコモを予防するための、自宅で簡単にできる筋トレ・堺コッカラ体操や健口体操を学びませんか。

日時 2月28日(月)14時30分～15時30分

場所 東区役所

対象 東区在住で、医師から運動を制限されておらず、補助なしで歩行できる方

料 無料 先着 15人

申込 2月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。



地域包括支援センターだより

東基幹型包括支援センター ☎287-8730 FAX287-8740

▶特殊詐欺にご注意ください

「預貯金詐欺」「還付金詐欺」などの特殊詐欺が多発しています。身近にいる高齢の方を周囲の人が見守ることで、被害を未然に防ぐことができます。

「被害にあっているのでは」と感じたら、本人の気持ちを尊重しながら事情を聴き、相談機関(消費生活センターや警察)へご相談ください。気になる高齢の方がおられましたら、校区の地域包括支援センターや東基幹型包括支援センターへ。

東第1地域包括支援センター	担当区域(小学校区)
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 FAX240-0048)	南八下・八下西・日置荘・日置荘西・白鷺
東第1地域相談窓口	
東区日置荘田中町143-1(つるぎ荘内) (☎286-2828 FAX286-6868)	
東第2地域包括支援センター	担当区域(小学校区)
東区南野田33(ハーモニー内) (☎237-0111 FAX237-3900)	登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田

ため池の役割と防災について

ため池は、古くから農業用水確保のために作られた人工的な池のことで。水辺空間の形成や大雨時の洪水調整、土砂流出防止などの役割を持ち、地域にとって重要な施設です。

大雨や地震などで万が一決壊した場合、下流域への影響が大きいと想定されるため池を対象に、ため池ハザードマップを作成しました。緊急時に正しく行動できるように、日ごろから避難場所や経路などを確認しておきましょう。同マップは市役所市政情報センター、区役所市政情報コーナーで配布します。

問 農業土木課(☎228-6972 FAX228-7370)



がん検診(集団検診)のお知らせ【無料】

がん検診総合相談センター ☎230-4616 FAX230-4636

検診内容	日程	場所
胃がん/大腸がん/肺がん・結核	3月4日	東区役所

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次のことにご協力願います。

- 検診当日は自宅検温し、37.5℃以上の発熱・せきなどの症状がある方や体調不良の方、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(予約制)

対象 50歳以上の偶数年齢の方

※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

対象 40歳以上の方

受付時間は9～11時。直接会場へ。

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)。

開始時間直後は混み合う場合があります。

申込 胃・大腸がん検診は2月6日まで、肺がん検診(たん検査)は2月22日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日をご検診総合相談センターへ。医療機関でも受診できます。



詳しくはこちら!



健(検)診・相談の日程(予約は電話かFAXで東保健センターへ)

下表以外にも健(検)診・相談を行っていますのでお問い合わせください。

ハッピーマタニティクラス(全3回) 無料・予約制	離乳食講習会 無料・予約制	検査・相談 無料・予約不要	生活習慣病 予防相談 無料・予約制	食生活相談 無料・予約制	精神保健福祉相談 無料・予約制	成人の 歯科相談 無料・予約制	子どもの 歯相談室 無料・予約制	骨粗しょう症 予防検診 有料・予約制
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(もく浴など)	離乳食の進め方のお話、実演(見学)、離乳食の展示	HIV・梅毒・クラミジア・風しん抗体・肝炎ウイルス検査 ・診断書発行不可 ・検査結果は同センターでお渡しします	保健師などによる相談	管理栄養士による相談	こころの病気・アルコール問題などの相談	歯科医師による検診・相談、歯科衛生士による歯みがき指導など ・1歳6カ月～4歳未満の方はフッ素塗布あり(1回限り・子どもの歯相談室のみ)		踵骨の超音波骨密度測定
妊婦の方が対象 男性(パパ)も参加可 先着12組	おおむね5・6カ月児の保護者の方が対象 4カ月児健診時にも予約可	風しん抗体・肝炎ウイルス検査は対象の条件あり	生活習慣病について気になる方が対象	食生活について気になる方が対象	上記について悩む方や家族が対象	成人の方が対象(妊婦の方はぜひ受診しましょう)	おおむね15歳未満の方が対象	18歳以上の方が対象 先着20人
①2月3日13:30～(中止) ②2月17日12:45～(中止) ③3月3日13:30～	2月18日(中止)、3月11日 ①10:00～ ②11:00～		2月22日 9:30～11:00		2月7・16日 3月7日 14:00～16:00	2月24日 13:30～15:30	2月25日 9:30～11:00 13:30～15:30	2月28日午後

○乳幼児健診(無料、個別通知) 4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(対象:3歳6カ月児)。転出・転入のときは同センターへお知らせください。

○BCG予防接種(無料、5カ月児個別通知) 対象:1歳未満の子ども

○難病に関する相談