



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 特殊詐欺について～還付金詐欺～

日時 4月19日(火)13時30分～15時 無料 先着 25人

申込 4月1日から直接か電話で同センターへ。



ズームアップ

東文化会館

生涯学習施設
☎234-5691 FAX234-5697
北野田フェスティバルホール(文化ホール)
☎230-0134 FAX230-0138

▶文化ホール

▷思い出の堺とレトロ建築への旅

展示期間 4月23日～5月22日(4月27日、5月11・18日を除く)

10～18時(最終入場17時30分)

場所 ギャラリー 無料。直接会場へ。

▷ぶんか寄席

日時 7月24日(日)14時から 場所 メインホール

前売券1,000円(当日券1,200円)。全席指定席。

未就学児の入場はご遠慮ください。

申込 4月16日から直接同館へ。

▷にんぎょうげきフェスティバル2022inさかい

日時 7月31日(日) 場所 フラットホール、ギャラリーなど

中学生以上1,000円、3歳～小学生500円、2歳までは無料。全席自由席。

申込 4月16日から直接同館へ。

▶生涯学習施設

▷落語にチャレンジ!ザ・ワークショップ

日時 5月5日、6月2日、7月7日、8月4日、9月8日、10月6日、11月3日、12月8日、1月12日、2月2日、3月2日10～12時(全11回)

講師 落語家・笑福亭喬介

16,500円(65歳以上初回無料、継続時15,000円) 抽選 5人

▷フラワーボックスレッスン

日時 5月6日(金)10～11時30分 3,500円 抽選 10人

▷ホームベーカリーを使用したパンレッスン～おにぎりパン～

日時 5月28日(土)10時15分～12時30分 2,200円 抽選 12人

申込 詳しくは同館か同館HP(QRコード)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

▶「技あり!元気めし!!」の発行について

皆さまにご好評の「技あり!元気めし!!」は、リニューアルし、奇数月の発行となります。次の発行は5月号です。

高齢の皆さんが健康で、そして地域で安心して暮らせるように、内容の充実した情報をお届けできるように努めます。

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 FAX240-0048)	担当区域(小学校区)
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)	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 FAX237-3900)	担当区域(小学校区) 登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

来館前の検温とマスクの着用、体調不良時の参加自粛をお願いします。

なお、感染状況によっては、入場制限を設ける場合があります。

▶共用ソフトボール

少人数でも気軽にできるソフトボールをしてみませんか。

日時 4月13・20・27日9時30分～12時

※天候やグラウンド状態により中止になる場合があります。

実施の有無は当日9時以降にお問い合わせください。

場所 初芝野球場 対象 高校生以上の方

1回一般220円、高校生(高校生に相当する年齢の方を含む)・

60歳以上の方110円。券売機で券を購入後、半券に氏名を記入し、直接会場へ。



がん検診(集団検診)のお知らせ【無料】

東保健センター ☎287-8120 FAX287-8130

検診内容	日程	場所
胃がん/大腸がん/肺がん・結核	5月12日	東区役所

新型コロナウイルス感染防止のため、次のことにご協力ください。

○検診当日は自宅で検温し、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

直接会場へ。受付時間は9～11時。

たん検査の追加可(要件あり)。

開始時間直後は混み合う場合があります。

申込 胃がん・大腸がん検診、肺がん検診(たん検査)については、4月5～22日までにかん検診総合相談ポータルサイト(QRコード)で。インターネットでの申し込みが難しい方は同センターへご相談ください。※医療機関でも受診可。



詳しくはこちら!



東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

▶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 4月25日(月)14～15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

無料 先着 30人

申込 4月4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。



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2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・体操、妊娠中の食事について ②妊娠中の歯の健康について、赤ちゃんとの生活(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
①4月14日13:00～ ②4月21日12:45～	4月8日、5月13日 各日とも ①10:00～ ②11:00～		4月26日 9:30～11:00		4月4・20日 5月9日 14:00～16:00	4月28日 13:30～15:30	4月27日 9:30～11:00 13:30～15:30	4月25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