



>>次のページから広報さかいです

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

「快適な省エネ～エネルギーを節約して地球温暖化防止～」をテーマに、環境や省エネなど、日々の生活の中で何気なく使っている資源やエネルギーの地球環境のためのエコライフについて学びます。

日時 8月17日(火)13時30分～15時 場所 同センター 費用 無料
先着 15人 ⑧8月2日から直接か電話で同センターへ。

高齢の方向け 情報 ひろば



東基幹型包括支援センター
東区日置荘原寺町195-1
(☎287-8730 FAX287-8740)

いきいき体操教室

東第2地域包括支援センターでは、Zoomによる「いきいき体操教室」を開催します。体操やストレッチを行い、リフレッシュしませんか。データ通信料は自己負担です。接続方法など不安がある場合は、事前に同センターへご連絡ください。

日時 毎週木曜日8時45分～9時10分

⑧メールかFAXで住所、氏名、電話番号、FAX番号、メールアドレス、Zoom使用経験の有無、IDパスワードの送り先を同センター(〒050shigotomakifuji@gmail.com FAX072-237-3900)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

東保健センター つうしん

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

オンラインで開催☆親子でフレンチトースト作り

日時 8月16・23日、いずれも10時30分、14時から各1時間程度

対象 小学生とその保護者

費用 無料(通信料は必要)

先着 各回5組 参加方法 Webex

⑧8月2～10日に市ホームページ(2次元コード)から。



すこやか貯筋教室

テーマ ロコモ予防 日時 8月23日(月)14時30分～15時30分 場所 東区役所

対象 東区在住で、医師からの運動制限がなく、補助なしで歩行できる方

費用 無料 先着 15人

⑧8月2日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号を同センターへ。

おいしい料理勉強会～講話と実演(見学)～

テーマ 免疫力 日時 9月3日(金)10～11時30分

場所 東区役所 対象 おおむね65歳以上の方

費用 無料 先着 12人

⑧8月2日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号を同センターへ。



無料 がん検診(集団検診)のお知らせ がん検診総合相談センター(☎230-4616 FAX230-4636)

検診内容	日程	場所
①胃がん/大腸がん/肺がん・結核	9月9日	南八下地域会館
②胃がん/大腸がん/肺がん・結核	9月30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(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、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。)

⑧胃・大腸がん検診について①は8月15日まで、②は9月5日まで、肺がん検診(たん検査)について①は8月30日まで、②は9月20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。



ホームアップ 東文化会館

生涯学習施設

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

①ホームペカリーを使用したパ
ンレッスン～ウールロール～
日時 9月9日(木)10時15分～12

時30分
費用 2,200円 抽選 12人
②ハーバリウム風アロマオイルレ
ッスン
日時 9月22日(水)14～15時30分
費用 2,000円 抽選 10人
③直接かはがき、FAX、電子メ
ールで、住所、氏名、年齢、電話
番号、希望講座名、何を見て知っ
たかを①は8月24日、②は9月6
日までに東文化会館へ。

400ml献血のお知らせ 8月29日(日) ライフ初芝東店駐輪場

現在、輸血用の血液が全国的に不足しています。輸血を必要としている患者さんの尊い命を救うために、皆さんのご協力をお願いします。
※新型コロナウイルス感染症予防対策を実施しています。

日時 8月29日(日)10～12時、13～16時

対象 男性17～69歳、女性18～69歳で、体重が50kg以上の健康な方(65歳以上は、60～64歳に献血経験のある方)。

新型コロナウイルスワクチン接種後、48時間経過していれば献血できます。献血前に医師による問診を行います。献血時には運転免許証など本人確認ができるものや献血カード(献血手帳)を持参してください。

東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

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)

初芝分館(東区野尻町221-4 初芝体育館内 ☎286-0071 FAX286-0091)

休館日・開館時間など、詳しくは図書館ホームページ(2次元コード)へ。

おはなし大会

おはなしの語り聞かせを楽しみましょう。

日時 8月28日(土)15時、15時45分から

場所 東図書館 先着 各回10人、入れ替え制。

⑧8月18日10時から直接か電話で同館へ。

移動図書館・くすのき号

日時 8月8・22日14時40分～15時40分(到着時間は多少前後します)

場所 東初芝公園(東区日置荘北町1丁23)

中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)



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(全3回) (無料・予約制・定員:10組、男性(ひび)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(もく浴など)	8月5日(1回目) 13:30～15:30 8月19日(2回目) 12:45～15:00 9月2日(3回目) 13:30～15:30	■BCG 予防接種 (無料。5カ月児個別通知) 対象:1歳未満の方 ■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
■離乳食講習会 (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。	8月13日 9月10日 各日とも ⑩10:00～ ⑪11:00～	知らせください。 ■検査・相談 ※検査結果は、同センターでお渡し
■カミカミパクパク離乳食 (無料。予約制)3回食へのすすめ方の話。 おおむね9～11カ月児の保護者が対象。	8月26日 10:00～	■検査・相談 (無料)直接会場へ。 ■生活習慣病予防相談(無料。予約制) 9月24日 9:30～11:00
■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		■食生活相談 (無料) ■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20人)> 対象:18歳以上の方 日程:8月23日(月)午後 ※詳しくは同センターへ。
■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	8月2・18日 9月6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(妊婦はすすんで受診しましょう)	8月26日 13:30～15:30	
■子どもの歯相談室 (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)	8月25日 9:30～11:00 13:30～15:30	