

行政相談ご利用ください

10月15日(月)～21日(日)の「行政相談週間」に合わせて相談コーナーを開設します。相談委員が、行政に関する要望や相談に応じます。
 期10月17日(水)午前10時～午後3時 所区役所2階市民相談室 問区企画共創課 ☎833-4009 F844-1204 料不要

ヘルスアップ塾

メタボ予防を目的とした筋トレ・ストレッチ講座です。自宅でする方法も紹介します。運動から、毎日の生活習慣を見直しませんか。
 期11月20日(火)午前10時～正午 所保健所 問区地域保健福祉課 ☎833-4113 F822-2133 対64歳以下 定先着30人 料無料 申10月15日～11月19日に電話またはファクスで同課へ。



博多人形作り教室

博多人形師の室井聖太郎氏を講師に招き、成形から彩色までを行います。
 期11月11日(日)、23日(金・祝)午前10時～正午 所城南市民センター ☎862-2141 F862-2801 対市内に住むか通勤・通学する小学3年生以上で、両日とも参加できる人(ただし、小学生は保護者同伴) 定抽選25人 料800円 申はがき(〒814-0142片江五丁目3-25)かファクス、メール(info@jonan-c.net)に住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生の場合は学年と保護者氏名)、電話番号を書いて10月31日(必着)までに同センターへ。

小学生水泳教室

期11月11日～12月9日の日曜日、午前10時～正午、全5回 所城南市民プール ☎863-7098 F863-7198 対クロールで25mを泳げない小学生 定抽選30人 料3,100円 申来所か往復はがき(〒814-0142片江一丁目5-1)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて11月1日(必着)で同プールへ。※来所して申し込む場合は、返信用はがき代として62円が必要。

来て！見て！体験！消防たい(隊)

はしご車の試乗や放水体験など、消防隊の仕事を見学、体験できます(雨天時、災害時は内容変更あり)。
 期10月27日(土)午前10時半～午後0時半 所城南消防署 ☎863-8119 F865-3594 料無料 申不要 ※はしご車試乗は4歳以上の子どもが対象。10時15分から抽選券を配布、10時45分に抽選会を行い、当選した30人が試乗。※会場へは公共交通機関をご利用ください。



秋のスペシャルおはなし会

絵本の読み聞かせなどを行います。誰でも参加できます。
 期10月27日(土)午後3時～4時15分 所城南市民センター 問城南図書館 ☎864-4823 F864-4824 料無料 申不要



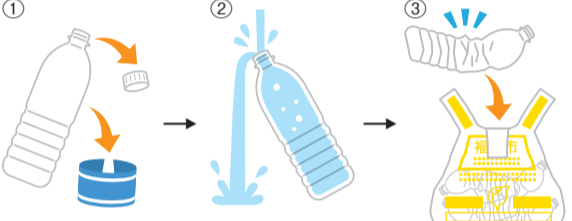
3大学合同シンポジウム

福岡大学、福岡歯科大学、中村学園大学が合同で開催するシンポジウムです。「認知症予防と健康～運動・食事・咀嚼(そしゃく)～」をテーマに、各大学の講師が講演します。来場者との公開討論会もあります。
 期11月3日(土・祝)午後1時半～4時 所中村学園大学 問同大学国際交流・社会連携課 ☎834-2178 F851-2578 定先着300人 料無料 申電話かファクス、メール(kouryu@nakamura-u.ac.jp)またははがき(〒814-0198別府五丁目7-1)に住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて同課へ。



ペットボトルの正しい分別

不要になったペットボトルを再利用するには、正しく分別することが大切です。ペットボトルを出すときは次の手順で行いましょう。



① キャップとラベルは、はずして燃えるごみへ。
 ② 水でペットボトルの中を軽くすすぐ。
 ③ 横に平たくつぶし、空きびん・ペットボトルの指定袋(黄色)に入れる。
 問区生活環境課 ☎833-4087 F822-4095

健康づくりだより

【問い合わせ・申込先】
 ①予約センター ☎0120-985-902
 ②健康課 健康づくり係 ☎831-4261
 ③健康課 母子保健係 ☎844-1071
 F①0120-931-869、②～⑤822-5844、⑥822-2133
 ④健康課 精神保健福祉係 ☎831-4209
 ⑤健康課 医薬務係 ☎831-4208
 ⑥地域保健福祉課 ☎833-4113

保健所での健(検)診・検査・教室・相談

内容	実施日 ★は託児有			受=受付時間 受=実施時間	予約	問 申	対象者・料金・その他	
	10月	11月	12月					
よかドック(特定健診)							減免制度あり (表下※2参照)	
がん検診	胃がん(胃透視)					要(表下※1参照)	健診は①託児は②	
	子宮頸(けい)がん							
	乳がん		★12					
	大腸がん		★29	★17	受8:30～10:30			
	肺がん							
結核・肺がん								
骨粗しょう症検査(ミニ運動教室付き)							④40歳以上 料500円 手首の骨量(骨密度)測定。運動教室は参加自由	
胃がんリスク検査(血液検査)							④今年度35歳および40歳 料1,000円	
エイズ・クラミジア・梅毒検査	毎週水曜日			受9:00～11:00	不要		匿名での検査 料エイズ・クラミジア無料、梅毒610円	
B・C型肝炎ウイルス検査	17	21	19	受9:00～11:00	不要		④20歳以上(過去に検査を受けたことがない人)	
風しん抗体検査	17	7 21	5 19	受9:00～11:00	不要	②	④妊娠を考えている人とその配偶者・妊婦の配偶者で、抗体検査未受診者、18歳以上 離乳食の講話や試食。乳児の同伴可	
離乳食教室	16	20	18	受13:30～15:00	不要		管理栄養士が食事の相談に対応	
栄養相談		23 6 4	18 21	受9:30～12:00 受13:00～15:30	要※3			
マタニティスクール	15 22	5 12 19 26	3 10 17	受13:30～15:00	不要	③	④妊婦とその家族など 問母子健康手帳・筆記用具 動きやすい服装で 専門の医師が相談に対応	
心の健康相談	18	15	20	受14:00～16:00	要※3			
こころの病 家族講座	23	27	-	受13:30～15:30	要※3	④	④心の病を抱える人の家族など (内容) 10/23「作業所・グループホーム見学」	

子宮頸がん検診・乳がん検診は2年度に1回、その他健(検)診については1年度に1回受診可。
 ※1 健(検)診の予約締め切り:各健(検)診日の土日祝日を除く10日前まで。
 ※2 市県民税非課税世帯・生活保護世帯・70歳以上の人などは必要書類の提出により健(検)診の料金が免除。
 ※3 予約締め切りは各相談・教室の前日まで。

献血

場所	実施日	受付時間	問
南片江公民館	10/15	9:30～12:30 13:30～15:30	⑤
田島公民館	10/29	10:00～12:00 13:00～15:30	
保健所	11/6	10:00～12:00 13:00～16:00	
堤公民館	11/24	10:00～12:30 13:30～15:30	

母子巡回健康相談

身体測定や育児相談をします。妊産婦、乳幼児と保護者 問母子健康手帳

場所	実施日	受付時間	問
長尾公民館	10/18	13:30～14:00	⑥
堤丘公民館	10/19		
鳥飼公民館	10/22		
南片江公民館	10/23		

保健所レター

マタニティスクールのご案内
 妊婦さんやその家族を対象に、妊娠から出産までの健康管理や赤ちゃんの生活リズム、沐浴(もくよく)方法などが学べる教室を開催しています。詳細は、左表(マタニティスクール)または区ホームページ(「マタニティスクール」で検索)をご確認ください。
 問区健康課 ☎844-1071 F822-5844