

狂犬病予防注射・犬の登録を受けましょう

対象者や費用については本誌26ページをご覧ください。

①委託動物病院(休診日は病院により異なります。電話で確認してください。)		
委託動物病院名	所在地	電話番号
アニマルケアセンター	美しが丘3条1丁目7-7	884-7010
北野動物病院	北野3条5丁目21-12	888-2828
おさき小崎動物病院	北野3条5丁目28-69	885-1555
ペットクリニック ぼち&たま	北野5条2丁目2-25	883-6261
うすだ動物病院	北野7条3丁目6-3	881-6996
清田動物病院	清田2条1丁目4-16	883-1183
石原動物診療所	清田5条2丁目13-5	883-7735
ラサ動物病院	清田7条2丁目14-9	885-0369
すぎうらペットクリニック	真栄1条2丁目2-25	887-4880
真栄どうぶつ病院	真栄5条2丁目2-29	886-5388
アルヒ動物病院	平岡2条3丁目6-10	885-7151
平岡動物病院	平岡5条3丁目10-22	884-1453
②特設注射会場	◆日時 5月26日(日)午前10時～午後1時。 ◆会場 区役所駐車場(平岡1条1丁目)。	
問い合わせ先：動物管理センター ☎ 736-6134		

介護保険制度の 市民意見交流会を 開催します

開催します

清田区では、介護をされている家族やサービス業者などを、介護保険制度市民意見交流委員会として委嘱してまいります。交流会では、委員から介護保険事業計画の内容などに

ついて、意見などをお聞きします。どなたでも傍聴できますので、お越しください。

◆日時 3月20日(水)午後2時

◆会場 区役所3階大会議室

◆申込方法 当日直接会場にお越しください。

◆詳細 保健福祉サービス課 付事務係 ☎(889)2400(内線350)

渋滞の原因です 迷惑駐車をやめましょう

セミナー

きよた

清田保健センター からのお知らせ

楽しくダンベル体操 〜ジョイフル体操〜

健康づくりリーダー(清田ハイイロカキ)と一緒に「ジョイフル体操」で、楽しく体操しながら、心地よい汗を流しませんか。運動不足の方や運動の苦手な方も気軽にお越しください。

◆内容 ダンベル体操、リズムウオーキング、ストレッチ体操。

◆日時 3月19日(火)午後2時～3時30分(午後1時30分受け付け開始)。

◆会場 区役所3階健康増進フロア(シャワー室あり)。

◆対象 区内にお住まいの方。

◆費用 無料。

◆持ち物 室内用運動靴、運動しやすい服装(更衣室あり)、汗ふき用タオル、水分補給用の飲料水。

◆申込方法 当日直接会場にお越しください。

◆詳細 地域保健課健康推進係 ☎(889)2400(内線525)

有酸素運動で 体脂肪を減らそう



この春から楽しい運動で健康づくりをしてみませんか。事前の申し込みは不要です。A・Bどちらか一方のコースを選んでご参加ください(初めてのの方は、初回に限り両方のコースに参加できます)。

◆会場 区役所3階健康増進フロア(シャワー室あり)。

◆費用 無料。

◆持ち物 室内用運動靴、健康手帳、運動しやすい服装(更衣室あり)。

◆対象 40歳以上の方。

◆日時 4月10日(水) 午前8時45分～10時受け付け。

◆会場 区役所2階保健センター。

◆対象 40歳以上の方。

◆詳細 地域保健課健康推進係 ☎(889)2400(内線522)

がん検診(胃・大腸)を受けましょう

毎月第2水曜日に「胃・大腸がん検診」を行っています。検診日の1週間前までに予約の上、お越しください。

◆日時 4月10日(水) 午前8時45分～10時受け付け。

◆会場 区役所2階保健センター。

◆対象 40歳以上の方。

◆詳細 地域保健課健康推進係 ☎(889)2400(内線522)

教室	Aコース リズムウオーキング教室	Bコース(名称が変わりました) 健康貯筋教室 "のびーるストレッチ"
内容	リズムウオーキング、ストレッチ体操、ビデオテープによる学習会(より積極的に運動したい方向き)。	ストレッチ体操、簡単リズム体操、ビデオテープによる学習会(運動に自信のない方、運動初心者向き)。
日時	4月2日(火)。 午後2時～3時30分(午後1時30分受け付け開始)。	4月23日(火)。

衣室あり、汗ふき用タオル、水分補給用の飲料水。

◆料金 ①胃・大腸がん検診セット800円、②胃がん検診のみ500円、③大腸がん検診のみ600円。

◆詳細 地域保健課健康推進係 ☎(889)2400(内線525)

◆詳細 地域保健課健康推進係 ☎(889)2400(内線522)