

**東保健センターから**  
☎(71)3211

■**地区健康相談（無料）**  
左表1をご覧ください。

■**機能訓練の参加者募集**

脳卒中などの後遺症により、体が不自由になっている方に、医師や理学療法士などが週2回程度、心身の機能の維持、向上のため、通所の機能訓練を行います。

■**内容** 転倒予防・体力増進などを目的とした体操、レクリエーション、創作活動など。

■**会場** 大友恵愛園（北17東5）、東老人福祉センター（北41東14）。

■**対象** 区内に居住する40歳以上の在宅療養者15人程度（介護保険の通所サービスの利用者は、該当しません）。

■**費用** 無料。

■**申込** 東保健センター窓口にある申込書に、必要事項を記入のうえ、地域保健課健康推進係へお申し込みください。

■**「フレパクラス」** 初め

■**てお父さんになる方へ**

■**内容** 育児実習（お風呂の入れ方など）、妊娠疑似体験ほか。

■**日時** 7月28日(月)午後6時30分～8時40分。

■**会場** 東保健センター。

■**対象** 初めて親になるご夫婦（出産予定日が9月～12月の

表1 地区健康相談（無料）

月	日	曜	会場	住所	受付時間
7	11	金	栄北会館	北49東2	午後1時30分～3時
	22	火	札苗北会館	東苗穂13-3	午後1時30分～3時
8	4	月	北栄会館	北25東7	午前9時30分～11時
			苗穂小学校	北9東13	午後1時30分～3時

■**内容** 【健康相談】 血圧測定、尿検査、血液検査（40歳以上の方。GOT、GPT、総コレステロール、尿酸等10項目を検査）、心電図検査（40歳以上で医師が必要と認めた方。有料800円）、保健相談、栄養相談。【結核検診】 X線検査（15歳以上の方）。【肝炎ウイルス検診】 C型・B型肝炎ウイルス検査（①40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方。②過去に肝機能異常を指摘された方。③広範な外科手術を受けたことのある方や妊娠・出産時に多量出血したことのある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方。有料400円）。

■**対象** 普段健康診断を受ける機会のない方。

■**その他** 健康手帳をお持ちの方は忘れずにご持参ください。

表2 東区民センター講座

☎742-5500

講座名	受講日	回数	時間	定員	受講料
①夏休み子ども囲碁教室（初心者コース）	8/4・5・6・7・8	5	午前10時～正午	20	無料
②夏休み子ども囲碁教室（経験者コース）	8/4・5・6・7・8	5	午前10時～正午	20	無料

■**対象** ①は囲碁をしたことがない小学生、②は囲碁をしたことがある小学生。

■**申込** 7月21日(祝)の午前9時45分から10時まで東区民センター1階ロビーで整理券を配布。午前10時の時点で定員を超えた場合、即時抽選します（電話受付不可）。

■**その他** 申し込みは、①②のうちいずれか一つに限ります。また、申込者が少ない場合開講を中止することがあります。



■**定員・費用** 60組。無料。

■**申込** 7月14日(月)から電話で地域保健課健康推進係へ（先着順）。

表3 ふしこ地区センター講座

☎785-6323

講座名	受講日	曜日	回数	時間	定員	受講料	教材費
①親子料理体験教室	7/26	土	1	午前9時30分～午後0時30分	9組	-	600(1組)
②夏休み初級子ども囲碁教室	7/29～8/9	火木土	6	午前9時30分～11時30分	20	1,700	300

■**対象** ①は東区在住の小学4～中学3年生の子どもと保護者。②は東区在住の小学4～中学3年生。

■**申込** ①は7月12日(土)、②は7月15日(火)のいずれも午前9時30分から10時まで窓口で整理券を配布。午前10時の時点で定員を超えた場合、即時抽選します（定員に満たない場合、以降先着順）。

■**費用** 受講料と教材費は、申し込み時に納入。なお、一度納入された費用の払い戻しはできません。

**東区民センターから**  
☎(742)5500

■**講座受講生募集**  
左表2をご覧ください。

**苗穂本町地区センターから**  
☎(784)7833

■**なつやすみ子ども映画会**  
日時 7月31日(木)午後1時30分～3時。

■**内容** 「アイス・エイジ」。

■**会場** 体育室。

■**その他** 靴袋を持参してください。また、駐車場が狭いため、公共交通機関でご来場ください。

**ふしこ地区センターから**  
☎(785)6323

■**講座受講生募集**  
左表3をご覧ください。

**元町図書館から**  
☎(784)0841

■**乳幼児のためのおはなしの会**  
日時・内容 7月24日(木)午前10時30分～11時。「ひまわり」。

■**絵本の読み聞かせの会**  
日時・内容 7月16日(水)午前10時30分～11時30分。「しろくまちゃん おはよう」ほか。

**迷惑しています!!**

公園内で爆竹を鳴らすことは、騒音などで公園を利用する人や近隣住民の迷惑となりますのでやめましょう。

東区土木部維持管理課

