

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。

■「思春期教室」受講者募集

小・中学生の子どもを持つ父母の方みんなで学びませんか。

日時 9月19日(金)午前10時～11時50分。

内容 「思春期のところとからだ」。

講師 小橋元氏(産婦人科医)。

対象 小・中学生の子どもを持つ親。

会場 東区民センター3階「視聴覚室」。

■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

定員・費用 100人。無料。

■健康セミナー参加者募集

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)。

日時 9月16日(火)午後1時30分～4時。

内容 筋力や体脂肪などの測定のと、「健康講話」と「練功十八法」の体験を行います。

会場 体育室。

定員・費用 50人。無料。

■講座受講生募集

下表2をご覧ください。

表1 地区健康相談(無料)

月	日	曜	会場	住所	受付時間
8	22	金	苗穂・本町地区センター	本町2-7	午前9時～11時
			北東会館	北14東8	午後1時30分～3時
9	2	火	ふしこ地区センター	伏古11-3	午前9時～11時
			元町中央会館	北24東19	午後1時30分～3時
	8	月	栄新和町内会館	北48東10	午前9時30分～11時
			伏古記念会館	伏古7-2	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。

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になりますのでやめましょう。

東区土木部維持管理課

☎784-7833

表2 苗穂・本町地区センター講座

講座名	受講日	回数	時間	定員	受講料
①基礎から学ぶカラオケ	9/1・8・22・29・10/6	5	午後6時30分～8時30分	20	2,900
②バドミントン教室 ～初級から中級～	9/11・18・25・10/2・9・16	6	午前10時～正午	20	3,400
③やさしい太極拳(初歩)	9/13・20・27・10/4・11・18	6	午後6時30分～8時30分	20	3,400

申込 ①②は8月19日(火)、③は8月21日(木)のいずれも午前10時受け付け開始(直接窓口で)。受付開始時点で定員を超えた場合は抽選とします(定員に満たない場合、以降先着順)。
費用 受講料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。
対象 東区在住か、東区に勤務先のある15歳以上の方(中学生を除く)。
その他 都合により受講日を変更したり、応募者が少ない場合は開講を中止したりすることがあります。



広告欄

