

区役所・区民センター・保健センター・各地区センターの駐車場は大変混み合いますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

南区役所

代表 ☎(582)2400

■国民健康保険料の 夜間・休日納付相談

夜間相談 2月13日(木)、20日(木)、27日(木)、3月6日(木)。19時30分まで。
休日相談 2月23日(日)。9時～15時。
場所 南区役所2階5番窓口。
※区役所北側の通用口からお入りください。

【詳細】 保険年金課収納係 ☎(582)4775

■「こころの健康を考える」講演会

身近な「お酒」をテーマに、こころの健康を考える講演会を行います。お酒との付き合い方を考えてみませんか。
演題 「まだ大丈夫？ 飲みすぎかも？ お酒と上手に付き合っていくませんか」。

日時 3月13日(木)18時30分～20時30分。
会場 南区民センター。

講師 医療法人北仁会旭山病院 理事長 山家研司。

費用 無料。

申込方法 当日直接会場へ。

【詳細】 保健福祉課保健支援係 ☎(582)4746

■南区長杯争奪 ゲートボール大会

日時 3月15日(土)9時～16時。
会場 南区体育館。
対象 区内にお住まいの方。
チーム編成 1チーム5～7人(1人でも申し込み可)。

定員 10チーム。
費用 1人500円。

持ち物 ステイック、ステイックカバー、上靴、昼食。

申込方法 2月12日(水)～3月7日(金)に電話で左記へ(先着順)。

【申込・詳細】 地域振興課地域活動担当 ☎(582)4723



■子育て講座 「おしゃべり広場」

子育てに限らず、楽しくおしゃべりしませんか(全2回)。
日時 3月10日(月)、12日(水)。10時～11時30分。

会場 南保健センター。
対象 0歳～就学前のお子さんを育てている保護者(託児あり)。

定員 10人。

費用 無料。

申込方法 2月24日(月)から電話で左記へ(先着順)。

※おしゃべり広場は、年一回の受講でお願いします。

【申込・詳細】 健康・子ども課 子育て支援係 ☎(588)5411

■両親教室

初めて出産を迎えるご夫婦を対象に、沐浴人形を使った育児実習や妊婦疑似体験などを行います。

日時 2月28日(金)18時30分～20時30分(受付開始時間は18時)。

会場 南保健センター。

対象 5月から7月までの間に、初めて出産を迎える予定のご夫婦。

定員 40組。

費用 無料。

【申込・詳細】 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211



■胃がん・大腸がん検診

検診日 2月28日(金)。

受付 8時45分～10時。

会場 南保健センター。

対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。

費用 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療制度にご加入の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

【申込方法】 事前に左記へ予約(電話可)。

【申込・詳細】 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

■カロリー計算の達人教室

体重が気になる方や生活習慣病を予防したい方、カロリー計算を学びませんか(全2回)。

▽講話「バランスのよい食事で肥満予防」。

▽演習「計算しましょう。食べ物のカロリー」。

日時 2月25日(火)、27日(木)。13時30分～15時30分。

会場 南保健センター。

対象 区内にお住まいで、両日参加できる方。

定員 20人。

費用 無料。

【申込方法】 2月12日(水)から電話で左記へ(先着順)。

【申込・詳細】 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

広告