

お知らせ掲示板
申し込み方法は5面上をご参照ください

区役所地域保健福祉課
☎各担当へ、FAX201-3291

▼のんびり公園ウォーキング

動きやすい服装と靴、帽子、飲み物を持参。①富士見公園：11月15日と12月13日の木曜②小田公園：11月28日(水)③大師公園：12月11日(火)。いずれも9時半～11時。☎201-3216

▼アレルギーとの上手なつきあい方

子どものぜんそくや食物アレルギーについて医師から学びます。11月26日(月)13時半～15時。区役所7階。30人(保育あり10人)。☎11月15日から電話かFAXで☎201-3216。[先着順]

▼骨密度・歯周病予防相談

骨密度・体脂肪などの測定と歯周病予防の話。11月29日(木)13時半～15時。区役所5階。15人。☎11月16日から電話かFAXで☎201-3212。[先着順]

▼関節痛を予防しよう

膝・腰に負担の少ない日常動作を学びます。11月30日(金)14時～15時半。田島支所。40人。☎11月16日から電話かFAXで☎201-3216。[先着順]

▼若年運動体験講座～骨盤体操

ゆがみをなくして健康な体に。12月3日(月)10時～11時半。区役所7階。20～40代の20人。☎11月21日から電話かFAXで☎201-3216。[先着順]

▼むし歯のない子に育てよう

虫歯予防の話、フッ化物の体験、歯磨き実習など。①12月3日(月)。地域子育て支援センターふあみいゆ浅田②12月13日(木)。区役所5階。いずれも10時～11時半、乳幼児と保護者25組。☎11月19日から電話で①同センター☎050-5551-5743②地域保健福祉課☎

市体育館教室案内 往復ハガキ1枚につき1教室1人の受け付けです。

教室名	日程・曜日	時間	対象・(費用)	締め切り
カローリング	11月21日 水曜	18時半～ 20時	小学生以上 (大人200円、学生100円)	随時、当日 窓口に直接
ヨガ健康法	12月10日～ 3月25日の月 曜(全10回) 12/24・31、 1/14、2/11・25、 3/18は除く	9時半～ 10時45分	15歳以上40人 (6,200円、保険料含む)	11月19日 (必着)
※わくわく 親子体操	1月9日～ 3月13日の 水曜、全10回	13時半～ 14時半	22年4/2～23年4/1日生ま れの子どもと保護者20組 (5,400円、保険料含む)	12月12日 (必着)
※親子 フラダンス	1月11日～ 3月15日の 金曜、全10回	17時45分～ 18時45分	24年4/1時点で満4歳～小 学生までの子どもと保護者 20組(8,400円、保険料含む)	12月14日 (必着)
フラダンス		19時15分～ 20時半	15歳以上40人 (5,200円、保険料含む)	

☎締め切りまでに往復ハガキに教室名、必要事項と性別(※は全員の必要事項と子どもの生年月日も)、電話番号、希望する時間帯を記入し〒210-0011川崎区富士見1-1-4市体育館☎200-3255、FAX211-5921。[抽選]

201-3212。[先着順]。☎201-3212。

▼認知症予防講座～脳を若く保つひけつ

生活習慣の話と調理実習。①12月4日(火)14時～16時。区役所7階②12月14日(金)10時～13時半。教育文化会館。500円(材料費)両日とも参加できる30人。☎11月15日から電話かFAXで☎201-3216。[先着順]

▼ほほえみ元気体操をご一緒に

介護予防・健康づくりに役立つ2種類の体操。①12月4日(火)渡田こども文化センター②12月18日(火)川崎休日急患診療所。いずれも10時～11時。当日先着20人。☎201-3216

▼脳卒中から身を守るために

予防方法を医師と管理栄養士から学びます。12月7日(金)13時半～15時。区役所5階。25人。☎11月19日から電話かFAXで☎201-3216。[先着順]

市民文化パートナーシップ
☎FAX813-1550

▼ランチタイムコンサート

11月21日(水)12時10分～12時40分。市役所第3庁舎1階ロビー。

区役所大師地区健康福祉ステーション
☎271-0157、FAX271-0128

▼そこが知りたい認知症介護～地域の中で安心して暮らすために～

身近な人が認知症になったときの支え方や、地域の関係機関との関わり方を学びます。劇団による寸劇、講義、介護者や関係機関のシンポジウム。11月27日(火)14時～16時。区役所7階。

教育文化会館
☎233-6361、FAX244-2347

▼子育てひろば きょうぶん

未就園の子どもと保護者が、楽しみながら情報交換できる自由な遊び場。ミニイベントあり。保護者は靴下持参。11月27日(火)、12月13日(木)。いずれも10時～11時

半。教育文化会館。各日、当日先着7組。

区役所保健福祉サービス課
☎201-3213、FAX201-3293

▼統合失調症 家族教室

専門家による講義と参加者同士の交流。12月4日、11日、18日の火曜、全3回。いずれも13時半～15時半。区役所4階。統合失調症の診断を受けた人の家族20人。☎11月15日から電話かFAXで。[先着順]

区役所高齢者支援課
☎201-3080、FAX201-3293

▼介護予防教室「心の元気をたもとう」

精神保健福祉士による、うつ病の症状や治療、予防方法の講義、体操など。12月5日(水)14時～16時。区役所7階。☎大島中島地域包括支援センター☎276-9901

プラザ大師
☎266-3550、FAX266-3554

▼市民自主企画事業「とくべつおはなし会」

2、3歳から楽しめる人形劇。12月5日(水)14時半～15時半。100人。☎11月20日10時からプラザ大師事務室で整理券を配布。[先着順]

▼市民エンパワーメント研修「私がつくるアートイベント『ガラスに描くクレパスアート』」

ガラスに絵が描ける「クレパス」を使った落書き、お絵かきイベントの企画・運営を学び、実践する講座。12月6日～1月31日、10時～12時(1月19日は13時まで)、全7回。20人。保育あり(8人。保育料実費)。詳細はお問い合わせください。☎11月16日10時から直接か電話で。[先着順]

▼シニアの社会参加支援事業「定年退職『ボクらの時代』」

シニアライフにできることや仲間を見つける講座。12月14日～2月22日、10時～12時(12月21日、1月11日は14時まで)、全6回。16人。材料費800円。詳細はお問い合わせください。☎11月20日10時から直接か電話で。[先着順]

**パパもいっしょに
ジョイフルサタデー**

男性保育士と音楽に合わせて体を動かしたり、歌ったりします。①11月17日(土)ゆめいく日進町保育園、地域子育て支援センターあすなる②12月1日(土)小田保育園。いずれも午前9時半～正午。未就学児と保護者(女性も可)☎①ゆめいく日進町保育園☎221-7035、地域子育て支援センターあすなる☎221-7037、FAX221-7036②小田保育園☎FAX333-6966

支所で古着を回収します

田島支所：11月26日(月)、27日(火)。大師支所：11月28日(水)、29日(木)。いずれも午後1時半～3時半。雨天決行。※駐車場で回収します。○回収対象…シャツ、背広、カーテン、シーツなど。☎南部生活環境事業所☎266-5747、FAX287-1840

普通救命講習会

心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の取り扱い方法などの講義と実習。①12月7日(金)午後1時半～4時半。川崎消防署4階講堂。40人②12月8日(土)午前9時～正午。臨港消防署4階講堂。30人。いずれも☎11月20日午前8時半から直接か電話で①川崎消防署救急係☎223-0119、FAX223-2819②臨港消防署救急係☎299-0119、FAX299-0175。[先着順]

保健福祉センター 12月の健診・検診案内

FAX201-3291

健診名	対象・内容など	費用	日程・当日受付時間	申し込みは電話で
HIV相談・検査	匿名で受けられます。感染の可能性があるときから3カ月経過した15人	無料	①4日(火) ②11日(火) ③18日(火) 8時40分～10時10分	☎11月20日②11月27日③12月4日から☎地域保健福祉課☎201-3216。[先着順]
歯周病予防相談	歯科医師による個別相談とブラッシング実習など	無料	6日(木) 9時～11時30分	☎11月20日から☎地域保健福祉課☎201-3212。[先着順]
生活習慣病予防相談	保健師、管理栄養士がメタボリック症候群予防のための相談を受けます。10人	無料	7日(金) 15時～15時半	☎11月16日から☎地域保健福祉課☎201-3216。[先着順]
39歳までの健診・保健指導(キッズスペースあり)	生活習慣病予防に関連した検査と保健指導。他に健診の機会がなく両日参加できる18～39歳の25人	1,220円	12日(水) 9時～9時15分 26日(水)	☎11月16日から☎地域保健福祉課☎201-3216。[先着順]
禁煙相談	禁煙を始めようとしている人。禁煙開始後3カ月まで、面接と電話で支援します。①②各2人	無料	19日(水) ①9時半～10時15分 ②10時20分～11時05分	☎11月16日から☎地域保健福祉課☎201-3216。[先着順]
1歳児歯科健診	前歯が上下4本ずつ計8本以上生えた1歳2カ月までの乳幼児40人	無料	28日(金) ①8時45分～9時 ②9時45分～10時	☎11月16日から☎地域保健福祉課☎201-3212。[先着順]

会場の記載がない場合は区役所5階。3カ月児・1歳6カ月児・3歳児健診は対象世帯に郵送でお知らせします。☎区役所保健福祉サービス課☎201-3206、FAX201-3293

7・8面は区の情報を中心に掲載しています。編集は川崎区役所企画課で行っています