

市民体育館各種教室(平成30年度第4期スポーツ教室)

| 教室名 | 期間 | 費用 | 申込日 |
|-------------|--------------|----------------|-------|
| パワーヨガ | 1/8~3/26火曜日 | 8,640円(A・B) | 12/11 |
| 熟年者リフレッシュ体操 | 1/11~3/29金曜日 | 7,920円 | 12/14 |
| ヨガ | 1/7~3/25月曜日 | 7,200円 | 12/10 |
| | 1/10~3/28木曜日 | 7,920円 | 12/13 |
| 実年者らくらく体操 | 1/7~3/25月曜日 | 6,200円(A・B) | 12/3 |
| | 1/10~3/28木曜日 | 6,820円(A・B) | 12/6 |
| ラージボール卓球 | 1/7~3/25月曜日 | 6,400円(ボール代含む) | 12/10 |

【随時募集】エヴェッサバスケットボール、エヴェッサチアダンス

開始時間・対象者・費用・定員については、体育館にお問い合わせ、または体育館のチラシもしくは、ホームページをご覧ください。

市民体育館(所定の用紙で9:00から費用を添えて)

TEL 06-6992-8201

健康状態や体力によっては適さない場合もありますので、あらかじめご相談ください。

| 教室名 | 期間 | 費用 | 申込日 |
|------------|---------------|--------|-------|
| 太極拳 | 1/7~3/25月曜日 | 7,200円 | 12/10 |
| ジュニアバドミントン | 12/13~3/28木曜日 | 7,440円 | 12/6 |
| 親子体操 | 1/7~3/25月曜日 | 8,500円 | 12/3 |
| 幼児体操 年少 | 1/7~3/25月曜日 | 7,200円 | 12/3 |
| | 1/10~3/28木曜日 | 7,920円 | 12/6 |
| 幼児体操 年長 | 1/11~3/29金曜日 | 7,920円 | 12/7 |
| | 1/8~3/26火曜日 | 8,640円 | 12/4 |
| | 1/11~3/29金曜日 | 7,920円 | 12/7 |

休日健診
平日に仕事などで受診できない人
12月2日(日)受付
午前9時~10時30分

日曜日送迎バス配車表

| 実施日12月2日(日) | |
|-----------------------------|-------------------|
| 迎え | 発車時間 |
| 京阪守口市駅前ロータリー → 市民保健センター 行 | 10:00 |
| 送り | 発車時間 |
| 市民保健センター 発 → 京阪守口市駅前ロータリー 行 | 11:00、11:30、12:00 |

予約専用電話
TEL 06・6992・2347

市民保健センターの駐車場は地下駐車場(有料)のみです。台数に限りがありますので、徒歩、自転車、公共交通機関を利用してください。

市民保健センター
注 事前予約がない場合は、健診を受けられません。

注 市民保健センターの駐車場は地下駐車場(有料)のみです。台数に限りがありますので、徒歩、自転車、公共交通機関を利用してください。

市民総合(特定)健康診査

時12月7日(金)まで

受付時間 午後1時15分~2時30分

場 市民保健センター

注 事前予約がない場合は、健診を受けられません。

注 市民保健センターの駐車場は地下駐車場(有料)のみです。台数に限りがありますので、徒歩、自転車、公共交通機関を利用してください。

健康

市民保健センター
TEL 06・6992・2217

車いす仕様車は、電動リフトが付いているため、車いすに座ったままで乗ることができます(車いすスペースは1台)。一般の人も利用でき、3つのルートを一日1周ずつ運行します。なお、事前予約は受け付けていません。利用料金は無料です。



市では、公共施設間をつなぐコミュニティバス「愛のみのり号」を運行し、今年10月からは、身体の不自由な人も利用していただきやすいよう、車いす仕様車を新たに1台追加導入し、4台体制で運行しています。

コミュニティバス
「愛のみのり号」
車いす仕様車の紹介

募集

地域で活躍したい人を募集

運動サポーター養成講座

地域でカラコロボ体操などの健康体操をする際のサポーター役である「運動サポーター」の養成講座を開催します。理学療法士や歯科衛生士、管理栄養士から運動や体操の重要性や健康についての知識を学ぶ絶好の機会です。地域の健康・あなたの健康のために「運動サポーター」として活躍しませんか。【備】講座修了後、「運動サポーター認定証」をお渡しします。

サポーターの声「自分の体力維持のために地域でカラコロボ体操を始めました。体操に参加する皆さんがだんだん元気になるのを見ると、続けてよかったですと思います」

サポーターの声「地域でカラコロボ体操を始め、お友だちが増えました。家から出る日が増えました。私のしていることが皆さんに喜んでもらえているのかな」

内 運動や健康に関する講義、カラコロボ体操の実演など
時 12月13日(木)午後2時~4時
場 市役所1階南エリア大会議室
対 市内在住・在職者

定 先着50人
持 飲み物、タオル
備 体操しやすい靴、服装
申 12月5日(水)までに電話または窓口
問 高齢介護課(くすのき広域連合守口支所)
TEL 06・6992・1610

飲料用自動販売機
設置事業者の公募

市の施設に設置する飲料用自動販売機の設置事業者を公募します。
対 クリーンセンター(屋外)など16施設
23台

募集要項の配布期間
1月7日(月)~21日(月)午前10時~午後4時
応募申込受付期間
1月22日(火)~29日(火)午前10時~午後4時

配布・受付場所
総務部総務課
詳しくは、市ホームページをご覧ください。
問 総務部総務課
TEL 06・6992・1432

時30分
注 30歳代の乳がん(超音波)検診および子宮頸がん検診は実施していません。

注 子宮頸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、保健センターでの子宮頸がん検診は12月7日(金)まで

注 予約は検診終了前日まで
大腸がん検診、胃がん検診、骨密度測定、40歳以上の乳がん(マンモグラフィ)検診、委託医療機関での子宮頸がん検診
時 平成31年1月31日(木)まで申し込み可
注 歯科健康診査・各種がん検診・骨密度測定などの健診の詳細は健康カレンダーを参照してください。



5歳児健康診査(巡回支援事業)実施

在籍先が市内園の人にはアンケートなどの配布をしましたが、在宅や在籍先が他市の園であるなど、園から配布

講座・講習

トリプルPに学ぶ
前向き子育てプログラム
連続講座(全7回)

トリプルPはPositive(前向き)Parenting(子育て)Program(プログラム)の略で、テキストやDVDを使って「子どもと良好な関係をつくり、子どもの問題に対して早期に対応する17の技術」をグループ単位で学びます。子どもとの関わり方でそれぞれの親子に合った方法を身につけ、子どもの自尊心を育み、子育てに自信を持って楽しく前向きに取り組むことができます。
時 平成31年1月16日(水)~2月27日(水)毎週水曜日午前10時~正午
場 市役所7階北エリア会議室703
講 トリプルP認定ファシリテーター
¥ 3000円(初回のみ)
対 2~12歳の子育て中の親で、全7回受講できる人
定 10人
申 12月3日(月)から12月21日(金)まで
注 多数の場合は抽選。結果は12月25日(火)以降に連絡します。
申・問 子育て支援課
TEL 06・6992・1655

されない場合は保健センターに連絡してください。
対 守口市在住の4歳児クラス(平成30年4月2日~平成31年4月1日)に5歳の誕生日を迎える(お子さん)
内 5歳児健康診査は、お子さんの健やかな成長発達を促すとともに、小学校入学まで、お子さんが楽しく充実した生活がおくれるよう、保護者の皆さんや在籍先の園の先生と保健師・臨床心理士など保健センターの専門スタッフが協力し、お子さんをサポート(支援)していく健診です。また、小学校に入学してからも、そのサポートが継続できるように、小学校や教育委員会とも連携を図り、就学を迎える準備を行い、小学校につなげていくものです。
詳しくは広報もりぐち9月号または市ホームページをご覧ください。

ジフテリア・破傷風2期の
予防接種

場 守口・門真・寝屋川・大東・四條畷市の各委託医療機関
対 11・12歳(13歳の誕生日の前日まで)
接種回数 1回
持 母子健康手帳
注 発熱している、急性疾患にかかっている、予防接種を受けることが不適当な状態にある場合は接種できないことがあります。