

健康

カラダの中も外もきれいになるう!

びかつ スラツと美活教室受講者募集!

健康推進課では女性の健康づくりを応援しています。日頃育児や仕事などで忙しいあなた! 「食事と運動でカラダの中も外もきれいになるう」をキーワードに、一緒に美活をはじめましょう。

参加者みんなで楽しく学べる内容になっています。1回目は調理実習があり、昼食付きです。ご参加お待ちしております。

場所 保健・福祉合同庁舎3階 対象 30~50歳代の女性市民のかた
費用 500円(2回分) 定員 10人(要申込・定員になり次第締切・保育要相談)
申込・問合せ先 健康推進課 ☎072-433-7000

Table with 2 columns: 日時(2回シリーズ) and 内容. Includes dates 2月17日 and 2月25日 with details on nutrition and exercise classes.

大阪府では、健康・医療などに関する情報の点字広報誌「ヘルシーおおさか21」を年に2回発行しています。今回のテーマは、「大阪府第7次医療計画」上手に医療を受けるために知っておきたいことです。希望されるかたは、お問合せください。
ト対応版を府ホームページに掲載しています。
閲覧場所 貝塚市生活福祉課・高齢介護課・障害福祉課・健康推進課・図書館・各公民館・社会福祉協議会
問合せ先 岸和田保健所

点字広報誌「ヘルシーおおさか21」

企画調整課 ☎072-425682
ひきこもり家族学習会
日時 2月20日(木)午後2時~4時
場所 岸和田保健所2階講堂
対象 貝塚市・岸和田市在住でひきこもり状態にあるかたの家族
内容 講義「支援現場から考える『ひきこもり』の課題」川原健史さん(障がい福祉サービス事業所マインドエイド代表・精神保健福祉士)
定員 40人(定員になり次第締切)
締切 2月14日(金)
申込・問合せ先 岸和田保健所精神保健福祉チーム
☎072-422607

プラス・テン

「ちょこっと運動+10」受講者募集!

日ごろから運動習慣がないあなた! 近くでも、つい車に乗ってしまうあなた!! 今より10分多く体を動かして、動脈硬化や骨粗しょう症などの生活習慣病予防をしませんか。動きやすい服装でお越しください。骨粗しょう症検診も同時開催します。

日時 2月9日(日)午後1時~2時
場所 保健・福祉合同庁舎1階
対象 30歳以上の市民のかた
定員 15人(要申込・定員になり次第締切)
参加費 無料(骨粗しょう症検診を受診されるかたは1,000円。ただし、70歳以上のかたは無料。市民税非課税世帯のかたや、生活保護受給中のかたは事前申請により無料)
内容 保健師や健康運動指導士による講義・運動実習
※骨粗しょう症検診を受診されるかたは、腕のレントゲンと結果説明があります。
申込・問合せ先 健康推進課 ☎072-433-7000

健康都市宣言

私たちの願いは、お互いに支えあいながら、生涯にわたり健康で生き生きと暮らすことです。
そのために、「自分の健康は自分でつくり自分で守ることを基本とし、市民がともに助けあい、民間と行政が連携しながら健康づくり・体力づくりを進めていきます。ここに貝塚市を「健康都市」とすることを宣言します。
一 私たちは、自らの健康状態を知り、笑顔を大切に元氣あふれる生活をめざします。
一 私たちは、自然の恵みと食に感謝し、日々の運動と規則正しい生活に努めます。
一 私たちは、豊かな自然を守り育て、住みよい健康的なまちをきずきまします。
(平成25年5月1日制定)



人権



Table with 2 columns: 日程 and 内容. Lists dates from 1月30日 to 2月14日 with details on human rights seminars.

時間 午後1時30分~3時
場所 市職員会館多目的室
定員 50人(定員になり次第締切)
受講料 無料
申込 住所・氏名・電話番号を電話またはファックスで
※1回だけの参加も可。手話通訳・点字資料・保育の必要なかたは、開催日の10日前までにご連絡ください。
申込・問合せ先 人権政策課
☎072-433-7160、FAX072-433-7511

私たちが幸せを築いていく権利「人権」について考えてみましょう。1月30日と2月10日は「女と男のフォーラム」との共同開催です。

とともに生きる視点を、じんけん啓発セミナー



警察



1月10日は110番の日

110番は警察への緊急通報用の電話です。虚偽・いたづらでの110番は犯罪です。緊急時は、110番へ! 相談は、#9110番へお願いします。



第27回KIX泉州国際マラソンに伴う交通規制

警察官や大会関係者の規制、指示、案内にご協力をお願いします。
日時 2月16日(日)午前10時30分スタート
規制区間 浜寺公園(スタート地点)からりんくう公園(ゴール地点)に至る、府道堺阪南線・空連道側道・府道泉佐野岩出線
規制時間 午前10時15分~午後3時30分頃まで
問合せ先 貝塚警察署 ☎072-431-1234



犬やネコなどペットのフンの後始末は、飼い主が責任を持って行いましょう!