

**12月1日は
世界エイズデーです**

今年のテーマ「続けよう Keep the promise, keep your life's」

エイズ相談・検査を希望する人は、御相談ください。 ※相談は無料です。秘密は堅く守られます。

●申込方法 予約制

●相談日・内容

①エイズ相談・検査..12月2日(木)~12月7日(火)午後1時~4時(土・日曜を除く) ②夜間エイズ相談・検査12月7日(火)午後5時~7時

●場所 有明保健所(玉名市大字岩崎1004・1)

有明保健所保健予防課 ☎72・2184

平成22年5月10日~24日の間に生まれたお子さんの保護者の皆さんへ!

21世紀出生児縦断調査(平成22年出生児)にご協力ください。

●調査対象 平成22年5月10日~24日の間に生まれた

すべてのお子さん

●調査の期日 平成22年12月1日現在

●調査のしかた 調査票が、11月中旬頃、ご自宅に郵送されていますので、12月1日現在の状況で記入し、12月17日までに、同封の返信用封筒に入れてポストに投函してください。

●調査実施主体

厚生労働省大臣官房統計情報部 社会統計課縦断調査室 出生児調査係B

☎03・3595・2321

市民課 ☎63・1326

熊本県精神保健福祉センターが移転します

こころの悩みや精神科の病気で困っているご本人・ご家族・関係者からの精神保健福祉相談を行っている熊本県精神保健福祉センターが移転し、平成23年1月4日から次のとおり連絡先が変わります。

●新住所 熊本市月出3丁目1・120(熊本県立大学隣り)

●相談・診察予約電話番号 ☎096・386・1166

●相談受付 月~金曜、午後

前9時~午後4時(祝日・年末年始を除く)

●業務代表電話 ☎096・386・1255

●精神保健福祉センター ☎096・359・6401

調理師業務従事者届を提出してください

就業している調理師は、法に基づき2年ごとに就業地などに関する届出が必要です。

●対象 平成22年12月31日現在、調理師免許を有し県内で調理業務に従事している人

●届出用紙の設置場所 県庁健康づくり推進課、各保健所、熊本市各保健福祉センター(中央を除く)

●提出期限 平成23年1月15日(土)

●提出先 就業地が熊本市の場合は県庁健康づくり推進課、就業地が熊本市以外の場合は就業地を所管する保健所

●熊本県健康づくり推進課 ☎096・333・2252

●熊本県健康づくり推進課 ☎096・333・2252

糖尿病教室 瑞鳳会

●演題 ①糖尿病のお薬の話 ②糖尿病の食事療法

●講師 大野由美子(薬剤師)、上原裕子(管理栄養士)

●日時 12月10日(金)午後2時30分~4時

●場所 市民病院健康管理センター(南病棟2階人間ドック室)

●参加費 無料 ※事前申込不要

●市民病院代謝・内分泌内科 外来 ☎63・1115(内線) 511

愛の献血(12月)

●2日(木)

▽有働病院 午前9時30分~正午

▽荒尾中央病院 午後1時30分~4時

●20日(月)

▽保健センター 午前9時30分~11時30分

▽市民病院 午後1時~4時

※400ミリリットルのみ、体重50キログラム以上の人

●保健センター ☎63・1133

**少年指導センター
ヤングテレホンあらか**
☎66-2214

★学校や友だち、家庭や子どものこと... 困ったことがあったら、ひとりで悩まないで!ぜひ気軽に相談してください★

●相談時間 月~金曜(祝日を除く) 午前9時~午後5時まで
あなたの秘密は守ります

交通事故無料相談

交通事故:どうしようと思ったら、電話で相談ください!

●日時 月~金曜(祝日を除く)、午前9時~午後5時(正午~午後1時を除く)

※毎月第2・4水曜の午後1時~4時は弁護士による相談を受け付けています(予約制要面談)

●場所 熊本自動車保険請求相談センター(熊本市辛島町)

●(社)日本損害保険協会熊本自動車保険請求相談センター ☎096・324・8740

2030 ありあけ明優都戦略事業

ビート・コア・ウォーキング (12月)

音楽を聴きながら歩くことで集中力が高まり、生活習慣病の予防や筋肉の強化など、体に良い効果が得られます。

- 日時 12月7日(火)、21日(火) 午後7時～(準備運動を含め、約1時間程度)
- 場所 運動公園内元気ロード
- 対象 どなたでも
- 参加費 無料

☎2030 ありあけ明優都戦略ライフステージ部会事務局 社会教育課 ☎63・1681、保健センター ☎63・1133

団体などに、くまもとの木で作った木製遊具を貸し出しています

熊本県では、子どもたちに、木のぬくもりを肌で感じ、木に親しみをもってもらえるよう、幼児教育、保育、子育て支援活動のため、乳幼児の集団を対象として使用する団体およびグループ

などを対象に、委託業者を通じて、県産のヒノキとスギでつくった積み木セットなどの木製遊具の貸出しをしています。

貸し出しについて、詳しくはお問い合わせください。
☎NPO法人子育て支援ワーカースペペペらん ☎096・337・0450

地域子育て支援拠点事業 (12月)

▼こじか ☎68・0055

- 日時および内容
 - ①1日(水) 親子リトミック
 - ②8日(水) 親子ダンス
 - ③22日(水) 親子体操
- 午前10時～午後3時
- 場所 火・水・木：こじかひろば(桜山保育園)、金

：こじかひろば012(増永1800番地、0～2歳児対象) ※水曜以外、15日(水)は自由活動日

▼なかよしひろば

☎62・0749

- 日時および内容
 - ①2日(木) 親子体操
 - ②9日(木) ソフトエアロビ
 - ③16日(木) リズム遊び
 - ④24日(金) 造形遊び

午前10時～午後3時

●場所 なかよし保育園

※月・火曜は自由活動日

▼カンガルーポケット

☎65・8655

●日時および内容

- ①7日(火) 音楽遊び
- ②14日(火) 体育遊び
- ③22日(水) 英語遊び

午前10時～午後3時

●場所 カンガルーハウス

※水・木曜、21日(火)、24日(金)、28日(火)は自由活動日

★いずれも参加費無料

★各ひろばは月～金、園庭開放・電話相談を行っています。

★土・日曜、祝日、12月29日(水)～1月3日(月)は休園

おはなし会へどうぞ!

(12月)

市立図書館では、絵本の読み聞かせやパネルシアターなどを行っています。絵本やおはなしと親しむひと時を、親子ですごしてみませんか?

▼キャッチ・ハート・ブックおはなし会

3日(金) 午前11時～

▼クリスマスおはなし会

4日(土) 午後2時～

場所 中央公民館体育室

▼赤ちゃんとおはなし会

ためのえほん講座

10日(金) 午前11時～

▼ぐりとぐらおはなしの会

11日(土) 午後2時～

▼乳幼児のためのおはなし会(ぐりとぐらおはなしの会)

17日(金) 午前11時～

場所 みどり蒼生館

▼キッズ・フレンドのおはなし会

18日(土) 午後2時～

▼なかよしブッククラブおはなし会

なし会

25日(土) 午後2時～

※すべて参加無料。

※「クリスマスおはなし会」と「乳幼児のためのおはなし会」以外は中央公民館ロビー「天使の館」で開催しています。

●市立図書館12月の休館日

1日(水)、5日(第一日曜)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、23日(木・祝)、29日(水)～31日(金)

※日曜は第一日曜以外は開館していません。

☎市立図書館 ☎63・2379

どくしょクラブ「ボン」認定証交付式を行います

10月1日～11月30日の期間中にどくしょクラブ「ボン」に挑戦し、20冊以上の本を読んだ人にお知らせします。達成者に「読書王」の認定証の交付を行いますので、ぜひご出席ください。

●日時 12月12日(日) 午後2時～(受付 午後1時30分～50分)

●場所 中央公民館視聴覚室 ※出席できない人は、後日カウンターで認定証をお渡しします。

☎市立図書館 ☎63・2379

熊本県保険医協会 ●●モシモシ健康情報 12月

☎096-385-3300

- ▽月曜 今年のインフルエンザ(小児)
- ▽火曜 更年期障害とうつ状態
- ▽水曜 胃がんとピロリ菌
- ▽木曜 入れ歯を入れる際に邪魔になる骨の引っ張り
- ▽金曜 むずむず脚症候群
- ▽土・日曜 自律神経失調症

※テーマは変更になることがあります。