

## 難病患者・家族のための講演・交流会

2月21日(日)午後1時30分～4時30分、すこやかプラザで、「難病患者を取り巻く、くらしをサポートする機関(就労・福祉など)の現状と課題」をテーマに。【申不要】**閩**尼崎市難病団体連絡協議会 ☎090・4905・3127。

## 気軽に学ぼう！サポート看護

2月25日(木)午前10時～正午、立花地区会館で、病気やけがの対応についての講話などを。【先10人】**¥**300円【申2月4日から電話で同館】☎6429・6431【休水曜日】。

## 歯科衛生士訪問事業研修会

3月3日(木)午後1時30分～3時30分、保健所で「歯科衛生士に求められる訪問歯科保健指導」をテーマに。【対市内在住か在勤の歯科衛生士】**申**電話で健康増進課。

## 元氣アップ講座「若さを保つ秘訣のお話と軽体操」

3月17日(木)午前10時～正午、すこやかプラザで、チェアエクササイズなどを。【**対**50歳以上の人】**先**50人【**申**2月5日

から電話で同プラザ ☎6418・3463【休水曜日】。

## そのほか

### 肝炎ウイルス検診

個別勧奨通知書の有効期限は3月末です。昨年6月に同通知書が届いた人は、お早めに受診を。【**閩**感染症対策担当】。

市民健康開発センター

ハーティ21

☎6426・6102

【休月曜日】

### 運動教室

教室名や開始日などは左表の通り。時間は教室により異なります。【**対**成人】**先**14～25人【**¥**①～⑥4320円⑦⑧2160円⑨520円【**申**2月5日から電話で同センター】。

教室名		開始
		月日
① 水中ウォーキング	1	4
② ピラティス	1	4
③ シェイプヨガ	1	4
④ かんたんイス体操	2	4
⑤ 楽しく運動レクリエーション	2	4
⑥ ズンバ	3	4
⑦ ロコモ予防体操	4	2
⑧ ロコモ予防水中	11	2
⑨ 栄養講話 がんを予防する食事	19	1