

**精神保健家族教室**

日 12月16日(土) 午後1時半～4時  
場 国際交流会館3階研修室1 題「日々の生活上の対処の工夫」 内ピアサポーターと家族座談会

日 来年1月21日(日) 午後1時半～3時半  
場 アスパル富合公民館研修室1 題「本人・家族の思いに寄り添って」  
師 木本 勝久さん(熊本市障がい者相談支援センターじょうなんセンター長)

【共通】 対 市内に住む精神障がいのある方と家族(入院患者の家族も可)  
定 30人 申 当日直接会場へ(こころの健康センター ☎362-8100)

**くらしとこころの悩みの相談会**

日 12月15日(金) 午後1時半～4時半  
場 ウェルパルクまもと3階 内 精神科医師・弁護士・臨床心理士・生活自立支援センター・ハローワーク相談員による相談 対 市内に住む方 定 15人(予約制・先着順・初めての方優先)  
申 12月4日(月)から電話でこころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)へ(こころの健康センター ☎362-8100)

**ひきこもりについてお悩みではありませんか**

①ひきこもり家族教室  
日 12月11日(月) 午後1時半～3時半  
場 ウェルパルクまもと 題 望ましい行動の増やし方・望ましくない行動の減らし方 師 センター職員 対 ひきこもりのことでお悩みのご家族 申 初めてのの方は事前面談の予約が必要です

②ひきこもり出張型支援  
期 東区:12月6日、南区:12月13日、西区:12月20日、北区:12月27日  
場 各区役所 対 ひきこもりのことでお悩みの本人または家族 申 事前に予約が必要です

【共通】 申 電話(☎366-2220 平日午前9時～午後4時)またはホームページ(http://www.kumamoto-link.com/)で熊本市ひきこもり支援センター「りんく」へ(こころの健康センター ☎362-8100)

**オレンジリボンサポーター養成講習会 参加者募集!(12月) 無料**

日 12月12日(火) 午前10時半～11時半  
場 北区役所2階第3・4会議室 内 子育てを応援するために知っておくと役に立つ情報や今の子育ての現状について 対 市内に住むか通勤通学している方 申 QRコードか、電話で特定非営利活動法人 優里の会(☎234-8967)へ(こども家庭福祉課 ☎366-3030)



**子育てのサポートが必要な方・支援できる方を募集!**

場 男女共同参画センターはあもにい 内 生後3か月～小学6年生のお迎えや健診時の付き添い、自宅預かりなど 対 依頼会員(子育てのサポートが必要な方):市内に住むか勤務・通学する方/協力会員(支援できる方):市内に住むおむね70歳までの方 ※活動するにはどちらも会員登録と講習受講が必要。費 1時間当たり600円～(依頼会員から協力会員へ直接支払い)

■依頼会員講習会(月に2回程度開催) 無料

日 12月8日(金)・23日(土) 午前10時～11時40分ごろ ※8日(金)は託児あり(要予約、先着順)。

■第3回協力会員講習会(年度内4回開催)

期 12月4日(月)から8日間(26時間)程度 費 テキスト代1,000円  
【共通】 申 電話でファミリー・サポート・センター(熊本)(☎345-3011)へ ※要予約。(こども支援課 ☎328-2158)

**発達障がいに関する出張相談 無料**

日 東区:12月7日(木) 午前9時～正午、西区:12月14日(木) 午前10時～午後1時、南区:来年1月4日(木) 午前10時～午後1時  
場 区役所 対 発達障がいでお悩みの小学生以上の方またはその家族 申 電話またはホームページ(http://www.kumamoto-minawa.com/)で発達障がい者支援

センター「みなわ」(☎366-1919)へ詳しくは、発達障がい者支援センター「みなわ」へ。(こども発達支援センター ☎366-8240)

**「パーキンソン病について」難病の在宅療養支援研修会のお知らせ 無料**

日 12月2日(土) 午後1時半～4時  
場 熊本県総合保健センター3階大研修室

題 師 (独) 国立病院機構 熊本再春医療センター

・「パーキンソン病診断および最新の治療と療養生活について」栗崎 玲一さん(脳神経内科医長)

・「パーキンソン病のリハビリ～LSVT®BIGについて」島津 貴幸さん(理学療法士)

・「パーキンソン病のリハビリ～LSVT®LOUDについて」藤本 恭子さん(言語聴覚士)

対 患者、家族、支援者(医療、保健、福祉等) 定 50人 ※Zoomによるオンライン開催:100人。申 電話で県難病相談・支援センター(☎331-0555)へ ※オンライン視聴を希望の方はQRコードから。(医療政策課 ☎364-3300)



**12月1日は世界エイズデー**

世界エイズデーは、エイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的として定められました。エイズは、以前は治療法がなく、病気の恐ろしさのみが大きく取り上げ



られましたが、医療の進歩により、治療を続けながら働き、学び、生活することができるようになりました。また、HIV(エイズの原因となるウイルス)は感染力が弱く、職場や学校などの日常生活の中で感染することはありません。エイズに対する差別や偏見がなくなり、HIVに感染している方が安心して生活できる社会づくりのためには、皆さんがエイズを正しく理解することが必要です。

感染の早期発見・早期治療は、エイズ発症の抑制や、パートナーへの感染予防につながります。保健所では、HIV(エイズ)検査を無料匿名で行っています(予約制)。詳しくは、市ホームページへ。



(感染症対策課 ☎364-3189)

**熊本市社会福祉協議会 障がい者はたちの記念式典**

日 来年1月8日(祝) 午後1時受付開始 ※各種感染症により、開催を中止する場合があります。場 メルパルク熊本3階 対 平成15年4月2日～平成16年4月1日に生まれた障がいのある方 ※対象で参加ご希望の方は事前の申し込みが必要です。(対象者には、申込書を郵送しています。)(市社会福祉協議会総務課 ☎322-2331)



**花畑健診のお知らせ 便利な街なかでの健診です。お出掛けのついでにいかがですか?**

日時 来年2月22日(木)～24日(土) 午前8時半～10時半受け付け(予定) ※要予約。 ※受けたい健(検)診を選び、場所 国際交流会館(特定・後期高齢者健診)、花畑広場(がん検診、腹部超音波検診) 保険証をご準備の上お電話 申込期間 12月5日(火)～来年2月2日(金)(定員になり次第終了) 申込 電話で熊本県総合保健センター(☎365-2511)へ(電話対応時間:平日午前9時～午後4時)

健診(検診)項目	対象者 (令和6年3月31日時点の年齢)	自己負担金	定員 (1日当たり)	
特定健診※1	熊本市国保加入の40～74歳の方※2	1,000円※3	80人	
後期高齢者健診※1	後期高齢者医療保険に加入の方	800円		
がん検診※4	肺がん検診(結核検診含む)	40歳以上の方	40～64歳:300円 65歳以上:200円	150人
	肺癌細胞診	肺がん検診の問診(喫煙歴)により必要と認められた方	500円	なし
	胃がん検診(胃部X線検査)	40歳以上の方	1,000円	50人
	大腸がん検診	40歳以上の方	300円	なし
	乳がん検診(マンモグラフィ検査)	40歳以上の偶数年齢の女性	40歳代(2方向):1,500円 50歳以上(1方向):1,100円	50人
その他※5	子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	1,000円	60人
	腹部超音波検診	19歳以上の方	3,700円	60人
	骨粗鬆症検診	19歳以上の方	2,000円	40人

詳しくは、国保特定健診・後期高齢者健診は、国保年金課(☎328-2280)、がん検診は健康づくり推進課(☎328-2145)へ。

- ※1 生活保護世帯の方の「生活保護受給者等健康診査」については、別途、保護管理援護課から5月ごろにご案内していますので、個別に医療機関で受診してください。(がん検診は申し込みできます)
- ※2 協会けんぽ被扶養者の方も受診できます(自己負担は無料)。
- ※3 令和4年度市民税非課税国保世帯の方は無料。年度途中国保加入者は除く。
- ※4 がん検診については、70歳以上は無料です。また、生活保護および市民税非課税世帯の方は、一定の証明書を提示することにより、自己負担金が免除になります。詳しくは、お申し込み時にお問い合わせください。
- ※5 検診機関が独自で実施する検診です。

日=日時 期=期日、期間 時=時間 場=場所 内=内容 題=演題 師=講師 出=出演 対=対象 定=定員 費=費用 持=持参物 申=申込 問=問い合わせ先

**60歳を過ぎたら シルバー人材センターへ**

**登録会員募集中!**

働きながら、仲間と一緒に楽しみませんか

公益社団法人 熊本市シルバー人材センター  
お問合せはこちら! ☎096-322-3300  
熊本市南区平成1-10-8 熊本市健康センター平成分室2階 詳しくはホームページにて掲載中 熊本市シルバー人材センター 検索

くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の株式会社ウィット(☎072-668-3275)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。