

「がんサロンin現代美術館」～アートと語らいで心をほぐすひととき～を開催します **無料**

■11月29日(土)午後1時半～3時半(受付:午後1時～) **場**現代美術館アートラボマーケット **内**①トーク&わくわく工作体験(テーマ:心にアートの処方箋)②茶話会 **師**①田中 一平さん(アーティスト/熊本大学特任講師) **対**がん患者・家族 **申**当日直接会場へ (医療対策課 ☎364-3186)



11月30日は「人生会議の日」です

人生会議とは、もしものときのために、自らが望む医療やケアについて、前もって考え、家族や信頼できる人、医療関係者、介護職などと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

本市では人生会議に活用できる資料として「メッセージノート」を作成し、無料で配布しています。ホームページからもダウンロードできますので、ぜひ活用ください。

【人生会議】



【メッセージノート】



(医療対策課 ☎364-3186)

糖尿病教室のお知らせ

■12月9日(火)午後1時～2時50分(1、8月を除く毎月第2火曜日予定) **場**市民病院3階メインホール「もくせい」 **内**①泌尿器科合併症②歯科合併症 **師**市民病院職員(①泌尿器科科長②歯科口腔外科科長) **費**車で来院

胸部(肺がん・結核)検診車の巡回日程(令和7年11月)

校区	期 日	時 間	場 所
託麻原	4日(火)	午前9時半～11時半	託麻原小学校 正門(体育館側)
		午後1時～3時	
大 江	10日(月)	午前9時半～11時半	ゆめマート大江 駐車場
		午後1時～3時	
	11日(火)	午前9時半～11時半	白川中学校 体育館前
		午後1時～3時	
白 山	17日(月)	午前9時半～11時半	ゆめマート九品寺 駐車場
		午後1時～3時	

の際は駐車料金が発生 **申**当日直接会場へ ※マスクの着用が必要(感染症の状況によっては中止の可能性あり)。(市民病院栄養管理室 ☎365-1711)

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

■11月10日(月)午後1時半～3時半 **場**ウェルパルクまもと3階 **題**アサーション・トレーニング(自分と相手を大切に作る表現方法) **師**ひきこもり支援センター職員 **対**ひきこもりのことでお悩みの家族 **申**初めてのの方は事前面談の予約が必要

②ひきこもり出張型支援

■東区11月5日(水)、南区12日(水)、西区19日(水)、北区26日(水) **場**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**初めてのの方は事前に予約が必要 詳しくは、熊本市ひきこもり支援センター「りんく」(☎366-2220 平日午前9時～午後4時、ホームページ <http://www.kumamoto-link.com/>)へ。(こころの健康センター ☎362-8100)



自死遺族グループミーティング **無料**

■11月27日(木)午後2時～4時 **場**熊本県精神保健福祉センター(東区月出3丁目1-120) **内**大切な方を自死(自殺)で亡くされた方々が安心して心の内をお話しできる場 **申**当日直接会場へ(初めてのの方は電話ください) ※電話・面接での個別相談も行っています(面接相談は予約制)。(こころの健康センター ☎362-8100)

依存についてお悩みではありませんか **無料**

内アルコールや薬物・ギャンブルなどの依存に伴う問題への相談窓口

①医師・依存症相談員による相談(月5回)

対依存症に悩む本人、家族 **申**電話

②依存症家族教室

・■11月4日(火)午後6時半～8時半 **内**学習会「家族の対応」 **対**依存症に悩む家族
・■11月18日(火)午後1時半～3時半 **師**熊本ダルク

③依存症当事者グループプログラム(月2回)

日程は問い合わせください。

対依存症に悩む本人

【共通】場ウェルパルクまもと **申**②

③は、初めてのの方は電話ください **問**こころの健康センター(平日午前9時～午後4時)(こころの健康センター ☎362-8100)

希望荘チャレンジフェスタ2025開催

障がいのある方々と地域の方々と交流イベントを開催します！

■11月8日(土)午前10時15分～午後3時(予定) **内**ステージイベント、移動動物園、ワークショップ、障がい者施設商品販売会、お楽しみ抽選会 ほか ※内容は一部変更となる場合があります。 **場**障がい者福祉センター希望荘 **問**障がい者福祉センター希望荘(ファクス364-5309、メール kibousou@bz01.plala.or.jp、ホームページ <https://kibousou.com>) (障がい者福祉センター希望荘 ☎371-5533)



費用:40～64歳は300円、65歳以上は200円、70歳以上は無料。当日直接会場へ。
※指定医療機関でも受診できます。費用:40歳以上500円、70歳以上無料。医療機関へ申し込み。

障がい者サポーター研修・講演会を行います **無料**

■12月7日(日)午前11時半～午後0時40分 **場**現代美術館アートロフト **内**パラリンピック金メダリストによる講演会 **師**田中 愛美さん(パリパラリンピック車いすテニス金メダリスト) **定**70人(先着順) **申**11月5日～28日にQRコードから申し込み ※この講演会はくまもとハートウィークのイベントを兼ねています。(障がい福祉課 ☎361-2519)



発達障がいに関する出張相談 **無料**

■北区:11月20日(木)、東区:12月4日(木) いずれも午前10時～正午 **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家族 **申**問い合わせフォームまたは電話で発達障がい者支援センターみなわ(☎366-1919)へ(こども発達支援センター ☎366-8240)



里親募集のお知らせ

さまざまな事情で実親家族と生活のできないこどもたちがいます。

こどもたちを、家庭で養育する里親はまだ不足しています。

短期間や長期間で、健やかにこどもたちを養育していただける方、そして養子縁組をお考えの方を募集しています。

関心や興味のある方は、ぜひ問い合わせください。

問熊本市里親支援センターアグリ(☎227-6892)

(児童相談所 ☎366-8181)

胃がん検診車(胃部X線検査)巡回日程(令和7年11月)

費用:1,000円、70歳以上は無料。当日直接会場へ。

校区	期 日	時 間	場 所	校区	期 日	時 間	場 所
帯山西	5日(水)	午前9時～10時半	帯山西小学校 第2運動場(コミュニティセンター側)	託麻原	13日(木)	午前9時～10時半	託麻原小学校 正門(体育館側)
	6日(木)		水前寺競技場事務所前ロータリー	大 江	26日(水)		白川中学校 体育館前
帯 山	7日(金)		帯山小学校 プール横側	白 山	12月2日(火)		白山小学校 体育館側
	12日(水)	午前8時半～10時半	ゆめマート帯山 駐車場	白 川	12月3日(水)		ウェルパルクまもと
				出水南	12月5日(金)		長溝公民館

対象 40歳以上で本市に住民票がある方(令和8年3月31日時点の年齢) お住まいの校区以外の会場でも受診できます(専用の駐車場はありません)

費用 生活保護、市民税非課税世帯の方は、証明書(最新年度)の提示で無料
・令和7年度生活保護緊急時医療依頼証
・市県民税(所得・課税)証明書「世帯分」か「個人分」(主たる生計者)
・介護保険料決定通知書 などいずれか1点

持参物 身分証明書(住所・氏名・生年月日が分かるもの)と検診費用

●ひどい便秘の方、バリウムを誤えんする可能性のある方、自力で立位を保持することや体位変換が困難な方は胃がん検診をお断りする場合があります。

●検査着に着替える必要はありません。ボタン・金具・プリント・刺しゅうのない無地の服装でお越しください。

- 胃がん検診は、受診前日午後10時以降の食事はしないでください。水のみ、検診2時間前までにコップ半分程度であれば摂取可能です。
- 大腸がん検診(便潜血検査)も行っています。検査容器は胸部検診会場でお尋ねください。
- 妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。
- 検査に要する時間は肺がん検診で2～3分ほど、胃がん検診で5～10分ほどですが、受診状況によっては多少お待ちいただく場合があります。

〈問い合わせ〉

- ・ひごまるコール ☎334-1500(専門的な問い合わせを除く)
- ・健康づくり推進課 ☎328-2145(肺がん、胃がん検診)
- ・健康危機管理課 ☎211-4654(結核検診)



[がん検診のご案内]

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

広告

お墓の お悩みごと 相談会

今あるお墓のこと、自分たちのお墓のこと、
お墓の悩み解決します!

お墓を新しくしたい

お墓の引っ越し

お墓の整理

お墓のおそうじ

お墓の修理・改造

お墓じまい

etc

相談会日程

開催時間 / 9:00～18:00

11月

1日(土)

2日(日)

3日(月・祝)

4日(火)

5日(水)

6日(木)

7日(金)

8日(土)

9日(日)

創業86年の信頼と実績

有限会社 あらき石材

〔本社〕〒862-0911 熊本市東区健軍2丁目19-13
受付時間 / 9:00～18:00 (定休日:年末年始)

お気軽にお問合せ下さい!

ヨイイシ

0120-53-4114

HP

開催場所

雨の日でもゆっくり見られる
室内展示場

益城展示場・工場

熊本県上益城郡益城町大字広崎432-1

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。