

子ども・高齢者を交通事故から守るため、地域・家庭で「左右の安全確認」など声掛けをしましょう

パソコン講座Ⅱ

「カード作成編」

▽内容 ソフトを使用したポストカードの作成、デジタルカメラから取り込んだ画像で名刺などの作成。

▽日時 10月22日(水)、23日(木)、29日(水)、30日(木)の全4回。各回午後1時30分～4時30分。

▽会場 旭山公園通地区センター(南9西18)。

▽対象 区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)で、マウス操作・文字入力がある程度できる方。

▽定員・費用 20人・受講料3千400円、教材費千575円。

▽申込 10月1日(水)午前10時に地区センターで受講料と教材費を添えて申し込み。受付開始時点で定員を超えた場合は抽選(30分前から整理券配布)。納入された費用は原則としてお返しできません。

▽申込詳細 旭山公園通地区センター ☎(520)17000

▽対象 区内在住の個人または区内所在の企業・事業所、団体。

▽内容 ソフトを使用したポストカードの作成、デジタルカメラから取り込んだ画像で名刺などの作成。

▽除雪内容 利用者宅の道路に面した間口幅約1.5メートル、敷地内の間口から玄関口までの通路幅約80センチを除雪(排雪や屋根の雪下ろし、車庫前の除雪はしません)。

▽活動日時 除雪車による道路除雪が行われた日(除雪車が入らない道路は約10センチ以上の降雪があった日)で、その日の正午ころまでに終了します。

▽除雪期間 12月1日(月)～来年3月25日(木)。

▽活動費 1世帯につき2万1千円(ひと冬)。

▽担当世帯 利用者の住所を考慮し、なるべく近くの世帯を担当していただきます。なお、利用申込状況によっては、担当世帯がない場合もあります。

▽申込 10月20日(月)までに電話かファクス(住所・氏名・年齢・連絡先電話番号、企業・団体などは代表者氏名も記入)で申し込み。

▽申込詳細 中央区社会福祉協議会 ☎(281)6113

▽相談日 10月8日(水)。

▽会場 区役所(南3西11)。

▽申込 9月24日(水)午前9時から電話で。先着5人。

▽申込詳細 総務企画課広聴係 ☎(231)2400(内線201)

無料税理士相談

▽相談日 10月8日(水)。

▽会場 区役所(南3西11)。

▽申込 9月24日(水)午前9時から電話で。先着5人。

▽申込詳細 総務企画課広聴係 ☎(231)2400(内線201)

健康ガイド～中央保健センターからのお知らせ～

申込・詳細 保健センター地域保健課 ☎511-7221

【地区健康相談】

◆内容・対象・費用 下表の通り。

検査内容	料金(※1)	対象者	結果
健康相談	無料	健康相談を希望する方	当日会場でお知らせします
血液検査	400円	40歳以上の方	3～4週間後、すべての方に封書でお知らせします
肝機能検査	400円	要件に当てはまる方は希望により受診できます(※2)	精密検査が必要な方のみ、2週間以内にお知らせします(異常のない方には特にお知らせしません)
腎機能検査	350円		
血糖値検査	100円		
心電図検査	800円	医師が必要と認めた方	
結核検査	無料	健康診断を受ける機会のない15歳以上の方(妊娠中の方は受診できません)	

※1 次の方は検査料金が免除されます
 ●70歳以上の方(年齢が確認できるものが必要)
 ●特定の障がいのある65～69歳の方(老人保健医療受給者証が必要)
 ●市町村民税非課税世帯に属する方(課税証明書が必要)
 ●生活保護世帯に属する方(受給証明書などが必要)
 ※2 肝炎ウイルス検査を受診するための要件は次の通りです
 ●検査当日の満年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の方
 ●過去に肝機能異常を指摘された方
 ●広範な外科的処置を受けたことがある方、または妊娠・分娩時に多量の出血をしたことがある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方

◆日時・会場 下表の通り。

月日	受付時間	会場(所在地)
9月29日(月)	午前9時30分～11時	曙会館(南11西10)
	午後1時30分～3時	円山北町会館(北7西26)
10月2日(木)	午前9時30分～11時	Let's(レッツ)中央(南4東4)
	午後1時30分～3時	西会館(南6西13)
10月6日(日)	午前9時～11時	桑園ふれあいセンター(北7西15)
	午後1時30分～3時	苗穂会館(北1東10)
10月7日(火)	午前9時～11時	桑園ふれあいセンター(北7西15)
	午後1時30分～3時	西創成会館(南5西7)

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご持参ください。健康手帳をお持ちの方はご持参ください。なお、C型肝炎検査等を希望する方は「氏名・住所・生年月日」が確認できるもの(健康保険証や運転免許証など)を必ずお持ちください。

【楽しく健康ウォーキング】

生活習慣病を予防するにはウォーキングが効果的といわれています。健康のために歩いてみませんか。今回は、大通公園周辺の散策を行います。

◆日時 9月30日(火)午後1時30分～3時30分。雨天の場合は屋内で行い、3時終了。
 ◆集合・解散 区民センター2階ホール(南2西10)。
 ◆対象 続けて1時間程度歩ける方。
 ◆定員・費用 50人・無料。
 ◆持参するもの 運動靴(屋内用と屋外用)、帽子、汗ふき用のタオル、飲み物。
 ◆申込 9月11日(木)午前9時から電話でお申し込みください。先着順。

【青年期の心の健康についての講演会】

◆内容 「理解されにくい青年たち～自閉症、アスペルガー症候群(※)を持つ青年たちをめぐって～」(講師=札幌市精神保健福祉センター中野育子相談指導担当課長～精神科医師)。
 ◆日時 10月6日(月)午後1時30分～3時30分。
 ◆会場 保健センター2階講堂(南3西11)。
 ◆対象 原則として区内にお住まいの方。
 ◆申込 当日、直接会場へお越しください(無料)。

※アスペルガー症候群…知的には遅れがないにもかかわらず、年齢相応に求められる社会的な技能や役割をうまく取れなかったり、人間関係をスムーズにこなせなかったりという困難を抱えている発達障がい