

◆40～50歳代のためのヘルスアップ教室(左表)

**会場** 北保健センター講堂  
**対象** 区内にお住まいで、運動習慣を身に付けたい40～59歳の方。なお、運動に支障がなく、3回続けて参加できる方に限ります。

**定員・受講料** 30人・無料  
**申込・詳細** 6月12日(月)～21日(水)午前9時～午後5時に健康・子ども課健やか推進係☎北保健センターへ(電話可。先着順)。

実施日	内容
6月22日(木)	運動「その1歩があなたを変える！」 講話「せまりくる老化を撃退！健康の秘訣」
6月29日(木)	運動「めざせ！メリハリボディ！」 講話「食べてがっテン！身体がよるこぶ食事」
7月6日(木)	運動「軽やかにステップ！しなやかな体に！」 講話「歯っぴい ライフ」

開催時間はいずれも午後1時30分～3時40分

**◆食品の安全に関する意見交換会**  
**内容** カンピロバクターおよびノロウイルスの食中毒予防  
**日時** 7月4日(火)午後2時～4時

◆地区健康相談◆

市内にお住まいで、普段、健康診断を受ける機会のない15歳以上の方を対象に下記の検診を行います。

検診内容	料金※	対象者
血圧測定・尿検査	無料	15歳以上の方
血液検査(肝機能・腎機能・脂質など)	無料	40歳以上の方
胸部エックス線間接撮影	無料	40歳以上の方(妊娠中の方は受診できません)
心電図検査	1,200円	医師が必要と認めた場合
C型・B型肝炎検査	400円	検査当日満年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の方で希望される方
C型肝炎のみ	350円	
B型肝炎のみ	100円	
口腔内の視診・関節の触診	無料	65歳以上の方
反復唾液嚥下テスト・血清アルブミン検査	無料	65歳以上の方で医師が必要と認めた場合

※次のいずれかに該当する方は心電図、C型・B型肝炎検査の料金も無料となります。証明できるものをお持ちください。  
 ①70歳以上の方②特定の障がいのある65～69歳の方で老人保健法の医療を受けている方③市民税非課税世帯の方④生活保護世帯の方⑤65歳以上の方で介護保険料第1段階～第3段階に該当する方

日	時	会場
6月	28日(水)	午前9時～11時 新川地区会館(新川1-4)
	1日(土)	午前9時～11時 麻生地区会館(北39西5)
7月	5日(水)	午前9時～11時 新川地区会館(新川1-4)
	6日(木)	午前9時～11時 茨戸福祉会館(東茨戸1-1)
		午後1時30分～3時 篠路こまどり会館(篠路7-4)

**申込** 住所・氏名・年齢が確認できるものをご持参の上、当日、直接会場へお越しください。  
**詳細** 健康・子ども課健やか推進係☎北保健センター

時(開場は午後1時30分から)  
**会場** 北保健センター講堂  
**対象** 区内にお住まいの方、区内で飲食店など食品を取り扱う営業をしている方  
**定員・費用** 70人・無料  
**申込・詳細** 6月12日(月)～30日(金)午前9時～午後5時に健康・子ども課生活衛生係☎北保健センターへ(電話可。先着順)。  
**◆子育て講座グループ懇談会「おしゃべり広場」**  
 子育てに関わることを参加者同士や保育士とお話ししてみませんか。懇談会はお

子さんをお預かりします。  
**日時** 7月11日(火)・13日(木)午後2時～3時30分(全2回)  
**会場** 北保健センター講堂  
**対象** 0歳～就学前までのお子さんを育てている保護者  
**定員・受講料** 10人・無料  
**申込・詳細** 6月14日(水)午前9時から健康・子ども課子育て支援係☎北区役所内線415へ(電話のみ。先着順)。  
**◆赤ちゃんといっしょ**  
 日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てにかかわる心配、悩み事などをお母さん同士や

保健師と話し合います。また、後半に母親教室に参加している妊婦さんたちとの交流を予定しています。  
**日時** 7月5日(水)午後1時30分～3時30分(受け付けは午後1時から)  
**会場** 北区民センター2階集會室  
**対象** 生後1～3カ月までの初めてのお子さんとお母さん  
**費用・申込** 無料・当日、直接会場へお越しください。  
**詳細** 健康・子ども課健やか推進係☎北保健センター

※各施設の所在地・電話番号は「きた4ページ」をご覧ください。

広告欄