

## 住民集団健康診査

お近くの地区会館などで実施していた地区健康相談は、本年度より「住民集団健康診査」に変わります。

### 内容・対象・費用

種類	対象	内容・費用
健康診査 (※1)	40歳以上74歳以下で国民健康保険に加入の市民	問診・身体計測・血圧・血液・尿検査など(600円) ※一定の条件に該当の場合、貧血検査(無料)、心電図(200円)、眼底検査(200円)も行います。
	後期高齢者医療制度に加入の市民	問診・身体計測・血圧・血液・尿検査など(400円)
	非課税世帯の方・生活保護世帯の方は上記の年齢区分に従い、同様の健診を実施。費用減免制度あり。	
胸部X線検査	40歳以上の市民	胸部X線検査(無料) ※一定の条件に該当の場合、喀痰(かくたん)検査(400円)も行います(※2)。
肝炎ウイルス検査	市民(年齢制限なし)	B・C型肝炎ウイルス検査(無料)
健康相談	15歳以上39歳以下の市民	健康相談・血圧・尿検査(無料)

※1 被保険者証と受診券を持参(生活保護世帯の方は生活保護受給証明書を持参)。  
 ※2 70歳以上の方は年齢の分かるものを、65歳~69歳で後期高齢者医療制度に加入の方および非課税の方は健康診査の受診券または被保険者証を、生活保護世帯の方は生活保護受給証明書を持参。費用減免制度あり。

### 日時・会場

月日	時間	会場
6月5日 (木)	午前9時~11時	手稲記念館 (西町南21)
	午後1時30分~3時	平和第一会館 (平和1-6)
6月10日 (火)	午後1時30分~3時	ラポール二十四軒集会所 (二十四軒1-5)

申込 不要。

**詳細** 西保健センター TEL621-4241

## 西保健センターから

### ①父親教室

**内容** ビデオ「お父さんへのメッセージ」、育児実習「あかちゃんとのふれあい」おふろと抱っこ<sup>ほか</sup>。

**日時** 5月29日(木)午後6時30分~8時30分。受け付けは午後6時から。  
**会場** 西保健センター(琴似2-17)。

**対象** 8月~10月に初めて出産予定の夫婦。  
**定員・費用** 40組。無料。  
**申込** 5月19日(月)~27日(火)午前8時~午後9時に電

話で。先着順。  
**その他** 筆記用具、テキスト「わが家にあかちゃんがやってくる」を持参。  
**②大人のための健康講座**  
 ~気になるお口の病気について  
**内容** 歯科医師による講話と相談。

**日時** 6月4日(水)午後1時30分~3時30分。  
**会場** 西保健センター。  
**対象** 生活習慣病に関心のある方。

**費用・申込** 無料。不要。  
**③ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ**  
**日時** 下表の通り。

**会場** 西保健センター。  
**申込** 不要。

### ■ポリオワクチン実施日程

月日	時間
5月13日(火)	午後1時30分~3時
5月20日(火)	
5月23日(金)	午前9時15分~10時45分
5月27日(火)	午後1時30分~3時
5月29日(木)	午前9時15分~10時45分

※会場は駐車場が狭いため、公共交通機関をご利用ください。

**④食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座**  
 食と健康の知識を身に付け、健康づくりの輪を広げるボラ

ンティア「食生活改善推進員」の養成講座を開催します。  
**内容** 公衆衛生、栄養の知識、調理実習、病人の食事、生活衛生などを学びます。

**日時** 下表参照。全10回。  
**会場** 西保健センター<sup>ほか</sup>。  
**対象** 西区在住の方で、受講後に西区食生活改善推進員協議会に入会してボランティア活動ができる方。

**定員・費用** 25人。テキスト代千155円。  
**申込** 5月12日(月)~21日(水)に電話で。先着順。  
**申込先・詳細** ①は市コールセンター TEL(222)4894、②③

### ■食生活改善推進員養成講座開催日程

月日	時間
5月30日(金)、6月6日(金)、6月30日(月)、7月29日(火)、8月8日(金)	午前9時15分~午後0時15分
6月5日(木)、7月17日(木)、7月22日(火)、8月12日(火)、8月20日(水)	午後1時15分~4時15分

④は西保健センター TEL(621)4241