

男性料理教室～チャレンジクッキング！基本とちょっぴり応用～受講者募集

料理の基本を学びながら仲間づくりもできる欲張りな講座です。

- 内容** ①料理の基本と健康的な食生活（講話・調理実習）
 ②料理の応用編と交流会（講話・調理実習・交流会）
- 日時** ①9月19日(金)午前10時～午後1時30分 ②9月30日(火)午前10時～午後2時
- 会場** 区民センター1階「料理実習室」
- 対象** 区内にお住まいの男性で2回とも参加可能な方
- 定員** 15人（先着順）
- 費用** 無料
- 申込方法** 8月20日(水)～29日(金)（土・日曜を除く）の午前8時45分～午後5時に電話で申し込み



胃がん・大腸がん検診のお知らせ

白石保健センターでは、毎月、区内にお住まいの40歳以上の方（職場で受診できる方を除きます）を対象に、胃がん・大腸がん検診を行っています。健康チェックのため、年に1度、検診を受けましょう。

実施日	受付時間	受付会場	費用
8月25日(月)	午前8時45分～10時 (検診はおおむね午前中に終了)	白石保健センター	胃・大腸（両方） 1,100円
9月22日(月)			胃のみ 700円 大腸のみ 400円

申込方法 検診日の10日前までに電話か直接窓口で申し込み。検診日の1週間前までに受診票と検診セットなどをお送りします。

- ※下記に該当する方は、〔 〕内の証明書をお持ちになると受診が無料になります。
- 後期高齢者医療制度に加入している方〔後期高齢者医療受給者証〕
 - 市民税非課税世帯の方〔市民税課税証明書〕
 - 70歳以上の方〔健康保険証など年齢を確認できるもの〕
 - 生活保護世帯の方〔生活保護受給証明書〕
 - 65歳以上で介護保険料の算定基準が第1～3段階の方〔介護保険料納入通知書〕

住民集団健康診査のお知らせ

国の医療制度改革に伴い、「地区健康相談」にかえて、地区会館などで「住民集団健康診査」を実施しています。

種類	内容	対象	費用
健康診査	基本的な健診（問診、身体計測・診察、血圧測定、血液・尿検査）	国民健康保険に加入している40～74歳の方※2	600円※3
	詳細な健診（①心電図検査②眼底検査③貧血検査）	基本的な健診を受け、一定条件に該当した方	①②200円※3 ③無料
	後期高齢者※1	後期高齢者医療制度に加入している原則75歳以上の方（生活習慣病にかかり、すでに医療機関で受診している方を除く）	400円※3
生活保護世帯	「特定」「後期高齢者」の年齢区分に従う同内容の検査	生活保護世帯で40歳以上の方	無料
胸部X線検査（肺がん・結核検診）	①胸部X線撮影および読影②喀痰検査（一定条件に該当した方）	40歳以上の方（職場などで受診できる方を除く）	①無料 ②400円※4
緊急肝炎ウイルス検査	B・C型肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	無料
健康相談事業	相談、血圧・尿検査	15～39歳の方	

※1 特定健康診査と後期高齢者の健康診査については、事前に送付される「受診券」と「被保険者証」の両方を提示しなければ受けられませんのでご注意ください。※2 国民健康保険以外の健康保険に加入している方でも、健診先として指定されている場合は受診できますので、医療保険者にご確認ください。※3 市民税非課税世帯の方は免除。※4 市民税非課税世帯・生活保護世帯の方、後期高齢者医療制度に加入している方、70歳以上の方は免除。

実施日	受付時間	実施会場
9月2日(火)	午前9時～11時	菊水地区会館（菊水7条2丁目2-20）
	午後1時30分～3時	菊水元町南福社会館（菊水元町7条2丁目6-5）
9月6日(土)	午前9時～11時	東川下記念会館（川下3条5丁目3-25）
9月8日(月)	午前9時～11時	北郷瑞穂会館（北郷8条9丁目1-1）
	午後1時30分～3時	東米里福社会館（東米里2157）
9月9日(火)	午前9時30分～11時	白石東会館（本通18丁目南2-6）
	午後1時30分～3時	白石会館（本通1丁目南2-32）

