

西保健センターから

■ 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」に変わりました。申し込みは不要ですので、直接会場までお越しください。

なお、指定医療機関での健康診査（国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者が対象）では、胸部X線検査は実施されませんので、ご希望の方は本健康診査をご利用ください。

▷内容・対象・費用

種類	対象	内容・費用
健康診査 (※1)	(特定健康診査) 40歳～74歳の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)
	市民税非課税世帯の方・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～39歳の市民	健康相談・血圧・尿検査(無料)

※1 被保険者証と受診券(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は被保険者証を、市民税非課税世帯の方は健康診査の受診券または市・道民税証明書を、生活保護世帯の方は生活保護受給証明書を持参により、費用減免あり。

▷日時・会場

月日	時間	会場
10月14日(火)	午後1時30分～3時	西野中央会館(西野3-8)
10月15日(水)		平和第二会館(平和2-8)
10月17日(金)	午前9時～11時	西区民センター(琴似2-7)

【詳細】 西保健センター TEL621-4241

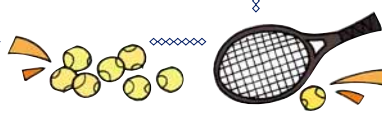
■ 西区体育館スポーツ教室

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※
一般 (16歳以上)	卓球中級	午前9時30分～11時	11月11日～12月11日(火/木) 全10回	30人	6,100円(4,800円)
	ソフトテニス初中級	午後1時～2時30分	11月5日～12月22日(月/水) 全10回	各10人	7,400円(6,000円)
	テニス入門	午後3時～4時30分	11月10日～12月22日(月/水) 全10回		
	テニス初中級	午後1時～2時30分	11月18日～12月19日(火/金) 全10回		
	テニス中級	午後2時30分～4時			

※ 受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の()内は、65歳以上の方および身体に障がいのある方の料金。

申込：10月21日(火)～24日(金)の午前9時～午後9時に直接来館か電話で。多数時抽選。抽選結果は10月26日(日)午後3時以降に電話などで確認してください。

【申込先・詳細】 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL 662-2149



▽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(琴似2-7)。※駐車場が狭いため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
 申込 不要。直接会場へ。
 持ち物 母子手帳、予診票。
 その他 対象者は体調の良いときに早めに受けてください。1歳を過ぎた子どもは、MRワクチン第1期の接種を優先してください。

▽プレママクッキング
 内容 講話と調理実習。
 日時 11月7日(金)午前10時～正午。
 会場 西区民センター(琴似2-7)。
 対象 西区在住の妊婦の方。

▽西野地区健康講座
 内容 血圧・体脂肪・握力などの測定。※骨密度(先着40人は、はだして測定)。
 日時 10月16日(木)午前10時～11時30分。
 会場 昭和会館(西野6-3)。
 対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。

■ポリオワクチン実施日程

月日	受付時間
10月10日(金)	午前9時15分～10時45分
10月14日(火)	午後1時30分～3時
10月21日(火)	午後1時30分～3時
10月24日(金)	午前9時15分～10時45分
10月29日(水)	午前9時15分～10時45分

定員・費用 20人。無料。
 持ち物 エプロン、髪を覆うもの、ふきん、筆記用具。
 申込 10月14日(火)～17日(金)に電話で。先着順。
 【申込先・詳細】 西保健センター TEL(621)4241

費用・申込 無料。不要。
 【詳細】 西野まちづくりセンター TEL(663)0360
秋の火災予防運動 10月15日(水)～31日(金)

今年火災原因の上位3項目は「放火・こんろ・たばこ」です。各家庭で火災予防に努めましょう。
 ○放火を防ぐ。車庫や物置は施錠し、家の周りは整理整頓をして燃えやすい物を置かない。
 ○こんろ火災を防ぐ。電話や来客などで調理中にこんろから離れるときは必ず火を消す。グリルは定期的に清掃する。
 ○たばこ火災を防ぐ。吸い殻を捨てる時は水を掛ける。寝たばこは絶対にしない。
 【詳細】 西消防署予防課 TEL(667)2100