

両親学級

- ▷ **内容** 育児実習、妊婦擬似体験など
- ▷ **日時** 9月4日(金)午後6時30分～8時30分
- ▷ **会場** 厚別保健センター
- ▷ **対象** 第1子の出産予定日が平成21年11月～平成22年2月の夫婦
- ▷ **定員** 40組【先着順】 ▷ **費用** 無料
- ▷ **申込方法** 8月17日(月)～28日(金)に電話で
- 申込先** 厚別保健センター ☎895-1881

市民健康教育

- ▷ **テーマ** 脳血管障害と生活習慣病について
- ▷ **日時** 8月28日(金)午後1時30分～3時
- ▷ **会場** 厚別区民センター
- ▷ **講師** 医療法人新さっぽろ脳神経外科病院
脳神経外科医長 布村克幸氏ぬのむらかつゆき
- ▷ **費用** 無料。直接会場へ
- 詳細** 厚別保健センター ☎895-1881

はつらつ講座

- ▷ **内容** 講演や体験談を通して、生きがいや介護予防について学びます。
- ▷ **日時** 9月1日(火)午後1時30分～3時、
8日(火)午後1時30分～3時30分。【全2回】
- ▷ **会場** 厚別区民センター ▷ **費用** 無料
- ▷ **対象** 65歳以上 ▷ **定員** 30人【先着順】
- ▷ **申込方法** 8月11日(火)午前9時から電話で
- 申込先** 保健福祉課保健支援係 ☎895-2400内線363

子育てストレスを減らす3つのヒント

- ▷ **内容** えじそんくらぶたかやまけいこ高山恵子氏の講話と親子体操
- ▷ **日時** 9月7日(月)午後1時30分～3時30分
- ▷ **会場** 厚別区民センター
- ▷ **対象** 1歳半から就学前の子どもと保護者
- ▷ **定員** 50組【先着順】 ▷ **費用** 無料
- ▷ **申込方法** 8月17日(月)～28日(金)に電話で
- 申込先** 厚別保健センター ☎895-1881

住民集団健康診査 予約不要。直接会場へお越しください。 **詳細** 厚別保健センター ☎895-1881

種類	対象者	主な内容	自己負担額
①健康診査 ※市・道民税非課税世帯の方、生活保護受給世帯の方は無料です。証明書をお持ちください。	(特定健康診査) 40歳～74歳で国民健康保険加入の方 ※他の健康保険に加入の方は保険者にお問い合わせください。	問診、計測、血液・尿検査など	600円
	後期高齢者医療制度加入の方	一定の条件に該当する方のみ実施 (1)心電図(2)眼底(3)貧血検査	(1)200円 (2)200円 (3)無料
②胸部エックス線検査	40歳以上の方	胸部エックス線撮影、読影	無料(喀痰検査は400円)
③緊急肝炎ウイルス検査	過去に検査を受けたことがない方	B・C型肝炎ウイルス検査	無料
④健康相談	15歳～39歳の方	血圧測定、尿検査	無料

- ▷ **持参するもの** ①事前に送付されている受診券と被保険者証。②③④氏名、年齢等が確認できるもの(健康保険証等)
- ▷ **日時・会場**

月日	受付時間	実施会場	所在地
8/31(月)	午前9時～11時 午後1時30分～3時	森林公園パークハウス 西参番街C棟 コミュニティホール	厚別北2の4
9/2(水)	午前9時～11時	パークシティ大谷地 管理センター	大谷地東7

月日	受付時間	実施会場	所在地
9/2(水)	午後1時30分～3時	厚別西会館	厚別西2の3
9/10(木)	午前9時30分～11時	もみじ台東第1集会所	もみじ台東1
	午後1時30分～3時	青葉会館	青葉町3

※9月11日以降の会場は来月号以降でお知らせします。

広告