

**本文中の  
記号の見方**

**内** = 内容    **日** = 日時    **所** = 会場    **対** = 対象    **定** = 定員    **¥** = 費用    **申** = 申込  
**E** = Eメール    **他** = その他    **先着** = 先着順    **抽選** = 多数時抽選

**国民健康保険料の納付は簡単・便利な口座振替で**

**詳細** 保険年金課収納係  
 ☎(889)2400 内線406

**対** 区内にお住まいの、2歳～2歳3カ月(受講時)  
**所** 区役所2階保健センター講堂  
**日** 9月1日(火)、10月6日(火) 午前10時～11時30分(午前9時30分受け付け開始)。  
**内** 虫歯予防の話、歯みがき実習、手洗い、トイレトレーニング、だだこねの対応など。  
**費用** 2歳のお子さんとその保護者向けの教室を開催します。  
**申込** 無料。不要。  
**詳細** ※就学前のお子さんは、保護者同伴でお越しください。  
**住所** 平岡まちづくりセンター1(平岡7条3丁目)  
**電話** ☎(883)7100



**すくすく親子教室**

**胃がん検診70円、大腸がん検診400円。**  
 ※70歳以上の方、65歳～69歳で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方、生活保護世帯、市・道民税非課税世帯の方は検診料が無料。  
**申込** 検診日の1週間前までに電話でお申し込みください。  
**申込先・詳細** 健康・子ども課健やか推進係  
 ☎(889)2400 内線523



**平岡キッズまつり**  
 乳幼児や小学生、地域の皆さんが交流するお祭りを平岡地区民生委員・児童委員協議会が開催します。  
 いろいろな遊びのコーナーや保護者のための健康相談コーナーもあります。ぜひご参加ください。  
**日** 8月23日(日)午前10時～正午。  
**所** 平岡中央小学校(平岡5条3丁目) 体育館。  
**費用** 無料。不要。  
**詳細** ※就学前のお子さんは、保護者同伴でお越しください。  
**住所** 平岡まちづくりセンター1(平岡7条3丁目)  
**電話** ☎(883)7100

の第一子とその保護者。  
**持ち物** お子さんの歯ブラシ、フェイスタオル、母子手帳。  
**費用** 無料。不要。  
**詳細** 健康・子ども課健やか推進係  
 ☎(889)2400 内線524

住民集団健康診査		
検査の種類	対象者	費用
①特定健康診査	40歳～74歳の国民健康保険加入者※1	600円※2
②後期高齢者の健康診査	75歳以上(原則)の後期高齢者医療制度加入者	400円※2
③生活保護世帯の方の健康診査	生活保護世帯(生活保護受給証明書を持参)	無料
④支援給付世帯の方の健康診査	支援給付世帯(本人確認証を持参)	無料
⑤胸部X線検査	40歳以上の方	無料 <small>かくだん</small> (喀痰検査400円※3)
⑥緊急肝炎ウイルス検査(B型・C型)	検査を受けたことのない希望者	無料
⑦健康相談	15歳～39歳の方	無料

詳細は本誌5月号区民のページ6ページをご覧ください。  
 ※1 国民健康保険以外の健康保険加入者は、住民集団健康診査が健診先に指定されている場合のみ受診可。  
 ※2 市・道民税非課税世帯は免除。  
 ※3 70歳以上、市・道民税非課税世帯等は免除。

日時		会場
8/28(金)	午前9時30分～11時	春風台会館(平岡4条3丁目)
	午後1時30分～3時	区民センター(清田1条2丁目)

9月～11月実施分は来月号以降に掲載します。  
**申込** 不要  
**詳細**：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線523)

運動教室のお知らせ(9月～12月分)	
内容・日程	<b>エクササイズウォーキング</b> ウォーキング中心の教室。エクササイズウォーキングの基礎～実践、ストレッチなど 【第1火曜日】 9月：1日 10月：6日 11月：10日(第2火曜日) 12月：1日
	<b>のび～るストレッチ</b> 基礎体力作り中心の教室。筋力アップのための体操、リズムウォーキング、ストレッチなど 【第3・4火曜日】 9月：8日(第2火曜日)、29日(第5火曜日) 10月：20日、27日 11月：17日、24日 12月：15日、22日 ※毎月どちらか1回を選んでご参加ください。 会場の都合でお休みする場合があります。ご了承ください。
時間	午後2時30分～3時30分(午後2時受け付け開始)
会場	区役所3階健康増進フロア
対象	区内にお住まいの40歳以上の方
費用	無料
申込	不要
持ち物	室内用運動靴(土足禁止)、運動しやすい服装(男女別更衣室・ロッカーあり)、汗ふきタオル、水分補給用飲料水、健康手帳(お持ちの方のみ)
詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線527)	

地域健康教室講演会		市民健康教育講演会	
内容	医療と保健にまつわる話題の最新情報をテーマに区内医療機関の医師を講師に招き、講演会を開催します。 ～物忘れがひどい、言葉が出てこないといった症状はありませんか?～「認知症」について 講師 医療法人社団 五風会 さつぼろ香雪病院 副院長 小林 一利氏	～良性・悪性の見分け方～ 「良いホクロ、悪いホクロ」について 講師 医療法人社団 つつい皮膚科クリニック 院長 筒井 眞人氏	健康
	日時		
会場	区役所2階 保健センター講堂		
費用・申込	無料・不要		
詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線525)			