

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 = 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



健康づくりリーダー養成研修
 区民の健康づくりを応援するボランティアの養成研修を実施します。
内 健康づくりについての講話とウォーキングの実技など(全5回)。
日 ①8月11日(水) 午前9時15分～11時45分、②8月17日(火) 午後1時15分～3時20分、③8月18日(水) 午前10時15分～11時30分、④8月23日(月) 午前9時10分～11時、⑤9月1日(水) 午前10時～11時40分。
所 区役所2階保健センター講堂ほか。
対 区内にお住まいで、地域の健康づくりに関心があり、研修修了後に保健センターなどの健康づくり事業でボランティアとして活動できる方。
定 30人程度。無料。
申 7月21日(水)までに電話または直接窓口でお申し込みください(土・日曜、祝日を除く)。
先着 申込先・詳細 健康・子ども課 健やか推進係
 ☎(889)2400 内線525

里美ふれあいクラブ 第2期パソコン講座

| | |
|--------|---|
| 内容 | 8月: 意外と知らない文字入力の秘訣など 9月: 階層構造とファイル検索など 10月: ホームページの活用法など 11月: たまったメールの整理、迷惑メール対処法など |
| 日時 | 8月23日(月)、24日(火)、25日(水) 9月6日(月)、7日(火)、8日(水) 10月4日(月)、5日(火)、6日(水) 11月8日(月)、9日(火)、10日(水) (全12回) 午前10時～正午 |
| 会場 | 里塚・美しが丘地区センター(里塚2条5丁目)視聴覚室 |
| 対象 | 日常的にパソコンを使う方、一歩進んだ活用法を習得したい方 |
| 費用 | 10,000円(12回分) |
| 定員 | 20人 |
| 申込 | 7月16日(金)までに電話または直接窓口でお申し込みください(土・日曜日を除く)。 抽選 |
| 申込先・詳細 | 里塚・美しが丘まちづくりセンター(里塚2条5丁目) ☎884-1210 |

清田区ボランティア活動入門基礎研修会
 ボランティア未経験者を対象とした研修会です。
内 講義、視覚障がい者に対する歩行補助や車いすの操作方法の実習など。
日 7月21日(水) 午前9時30分～正午、22日(木) 午前10時～正午。
所 区民センター(清田1条2丁目) 集会室2・3。
対 区内にお住まいの方。
定 30人。500円。
申 7月13日(火)までの午前9時～午後5時に電話でお申し込みください(土・日曜日を除く)。
抽選 申込先・詳細 清田区社会福祉協議会(区役所3階)
 ☎(889)2491

障がい者相談
 市から委託された相談員です。気軽にご相談ください。

| 相談内容 | 氏名 | 住所 | 電話番号 |
|---------|--------|---------------|----------------------|
| 視覚障がい | 田中 實 | 北野7条5丁目15-17 | 881-4143 |
| 聴覚障がい | 島田 要 | 真栄2条2丁目18-16 | 885-0126 (ファクス共通) |
| 音声機能障がい | 土田 勝則 | 美しが丘2条3丁目1-25 | 885-2575 |
| 肢体障がい | 渡辺 京子 | 清田7条3丁目9-6 | 881-1824 |
| 知的障がい | 高橋 道子 | 平岡9条1丁目8-33 | 881-3913 |
| | 高橋 千恵子 | 清田6条1丁目3-1 | 883-0906 |

詳細: 保健福祉課福祉支援係 ☎889-2400(内線352)

応急手当講習会
 応急手当での最新の知識と方法を身に付ける講習会です。

内容 胸骨圧迫、人工呼吸、AED(自動体外式除細動器)の使用法など
日時 7月19日(木) 午後1時～4時
会場 清田消防署(平岡1条1丁目)1階講堂
費用 無料
申込 講習会の前日までに電話またはファクスでお申し込みください。
その他 実技がありますので、動きやすい服装でお越しください。
申込先・詳細 清田消防署警防課 ☎883-2100 FAX 271-0629



住民集団健康診査(7月分)
 市内にお住まいで、本年度内に特定健診の指定医療機関または職場などの健診で同内容の検査を受けていない方が対象です。予約不要。

| 検査の種類 | 対象者 | 内容 | 費用 | 持参するもの |
|------------|-------------------------------------|------------------------------|------|---|
| 健康診査 | 40歳～74歳の札幌市国民健康保険加入者、協会けんぽ加入の被扶養者*1 | 問診、身体計測、身体診察*2、血圧測定、血液検査、尿検査 | 600円 | 特定健診または後期高齢者健診の受診券、被保険者証、前年度の健診結果表(お持ちの方のみ) |
| | 75歳以上(原則)の後期高齢者医療制度加入者 | 問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査 | 400円 | |
| | 生活保護受給世帯・支援給付世帯の方は、上記区分に従い同内容の健診を実施 | | 無料 | 生活保護受給証明書、本人確認証 |
| 肺がん検診 | 40歳以上 | 胸部X線撮影、読影*4、結核検査(65歳以上) | 無料 | 住所、氏名、年齢が確認できるもの(健康保険証等) |
| 緊急肝炎ウイルス検査 | 過去の検査を受けたことのない方 | B型・C型肝炎ウイルス検査 | 無料 | |

*1 その他の健康保険に加入の方は、当該健診を受診できるか加入の健康保険にご確認ください。
 *2 3市・道民税非課税世帯は無料。
 *3 医師の判断で喀痰検査(400円)を追加実施。ただし、市・道民税非課税世帯、65～69歳で後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方、70歳以上の方、生活保護受給世帯は無料。
 *4 医師の判断で心電図検査(200円)、眼底検査(200円)、貧血検査(無料)を追加実施。

| 日時 | 会場 |
|----------|--|
| 7月16日(金) | 午前9時～11時 平岡公園会館 平岡9条4丁目 午後1時30分～3時 羊ヶ丘通町内会館 美しが丘3条5丁目 |
| 7月17日(土) | 午前9時～11時 ライブヒルズ町内会館 平岡公園東3丁目 |
| 7月28日(水) | 午前9時～11時 羊ヶ丘通町内会館 美しが丘3条5丁目 |

詳細: 健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線523)

清田消防団員募集!
 清田区の安全と安心を守る消防団員を募集しています。

活動内容 災害時の消火活動や救助、救護活動のほか、火災予防の普及啓発、応急手当や自主防災組織の指導育成など
入団資格 区内にお住まいかお勤め、または通学している心身ともに健康な18歳以上の方
身分 非常勤特別職の公務員
待遇 活動衣、制服の貸与あり。出勤や活動に応じた報酬などの支給あり
補償 消防団活動によりケガをした場合、公務災害補償あり
申込先・詳細 清田消防団(清田消防署内) ☎883-2100

