



## ポリオワクチン 服用のお知らせ

お子さんの体調の良い日にお越しください。本誌24ページも併せてご覧ください。

月日	受付時間
5月 15日(火)	午前9時～10時30分
17日(木)	
22日(火)	午後1時15分～2時30分
28日(月)	

【対 所】 区役所2階 保健センター1  
生後3カ月～7歳6カ月  
未満のお子さん。

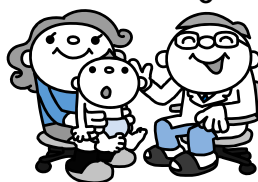
※望ましい接種年齢は生後3カ月～1歳6カ月です。

【申 料】 無料。不要。

【他】 1歳を過ぎたお子さんは、ポリオよりもMR(麻しん・風しん)ワクチン第1期を優先して接種しましょう。

【詳細】 健康・子ども課  
保健予防係

☎(889)2400  
内線525・515



## 胃がん・大腸がん検診

【日】 5月9日(水) 午前8時45分～10時受け付け。  
【対 所】 区役所2階 保健センター1。  
40歳以上の方。

【申 料】 胃がん検診(バリウム)700円、大腸がん検診(検便)400円。  
※70歳以上の方、65歳～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護受給世帯、支援給付世帯、市・道民税非課税世帯の方は無料(確認書類要)。

【申 料】 検診日の1週間前までに電話でお申し込みください。  
(土・日曜、祝・休日を除く)。

【先着】 検診日の1週間前までに電話でお申し込みください。  
(土・日曜、祝・休日を除く)。

【申 料】 健康・子ども課  
健やか推進係  
☎(889)2400 内線523

## 出前子育て相談 「ピンポンくん」にちは

子育てで困っていることや不安なことはありませんか。保育士がご家庭を訪問し、お話を伺います。

【内】 お子さんとの関わり方などへのアドバイス、育児サービスマニュアルの紹介など。

【対 所】 就学前のお子さんを育てている保護者。

【申 料】 無料。

【申 料】 電話でお申し込みください。  
(土・日曜、祝・休日を除く)。

【申 料】 健康・子ども課  
子育て支援係  
☎(889)2400 内線570



## 無料 申込不要

## 地区ウォーキング

健康づくりリーダーと一緒にウォーキングを楽しみませんか。お住まいの地区以外でも参加できます。

【出発時間】 午前10時(午前9時50分集合、1時間半程度) ※雨天中止

地区	日程	集合場所
清田 真栄	毎月4のつく日 4月14日(土)～11月14日(水)	清田青空公園(清田4条3丁目) 清田中学校側
北野	毎月5のつく日 4月5日(木)～11月15日(木)	北野中央公園(北野5条4丁目) あずまや
里塚 美しが丘	毎月7のつく日 4月7日(土)～11月17日(土)	里塚・美しが丘地区センター (里塚2条5丁目)正面広場
平岡	毎月8のつく日 4月8日(日)～11月18日(日)	東光ストア平岡店(平岡7条2丁目) 西側玄関駐車場

【詳細】 健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線525)

## 札幌市ぬくもり・すこやか表彰



保健福祉の分野で、模範となるような活動や顕著な実績を上げている清田区の二団体が表彰されました。

左から、一瀬さん、大西さん

### 【地域福祉分野】

北野地区福祉のまち推進センター  
代表 一瀬 ヒロさん

### 【保健・医療・衛生分野】

清田Hi遊会 代表 大西 潤子さん



## 健康増進フロア 土曜日の開放・運動教室

区役所3階の健康増進フロアを開放し、運動教室を開催しています。気軽にご利用ください。

【開放日時】 毎週土曜日 午前9時30分～正午、午後1時～4時  
※5月5日、9月22日、11月3日、12月29日は休館。また、会場の都合で休館となる場合があります。

- 【運動教室】
- ①ダンベルとストレッチ  
※運動初心者向き  
午前10時30分～11時20分
  - ②リズムウォーキング  
※運動経験者向き  
午後2時～2時50分



【対象】 市内にお住まいの18歳以上の方(高校生を除く)

【費用・申込】 無料・不要

【持ち物】 運動靴(土足禁止)、運動しやすい服装(更衣室、ロッカーあり)、タオル、飲料水

【その他】

- ・運動機器の使用時は運動指導員の指示に従ってください。
- ・運動教室の実施時間帯は運動機器を使用できません。

【詳細】 健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線525)

## 相談コーナーのご案内

区役所1階の相談コーナーでは、専門の相談員が無料で相談をお受けしています(祝・休日、12月29日～1月3日を除く)。

名称	相談員	曜日	時間
法律相談	弁護士	第2・第4水曜日	午後1時15分～(1人20分) ※予約制(先着8人。相談日当日午前9時から電話で受け付け) ☎889-2400(代表)
司法書士相談	司法書士	第1・第3水曜日	午後1時～4時
家庭生活相談	家庭生活カウンセラー	毎週火・金曜日	午前10時～正午、午後1時～4時
交通事故相談	交通事故相談員	第1・第3月曜日	午前9時30分～午後0時15分、午後1時～4時
行政相談	行政相談委員	毎週木曜日	午後1時～4時
職業相談等	ハローワーク職員	毎週月～金曜日	午前8時45分～正午、午後1時～5時
労働問題等相談	社会保険労務士	毎週火・木曜日	午後1時～5時

【詳細】 総務企画課広聴係 ☎889-2400(内線226)