

食生活改善推進員養成講座

健康的な食生活を学びながら、地域で食を通した健康づくりを営める推進員を養成します。

内容	開催日
① 開講式、公衆衛生・健康さっぽろ21、食生活改善推進員とは	5/31(木)
② 私たちの保健センター、食品衛生	6/4(月)
③ 栄養の知識	6/11(月)
④ 食育と運動、グループワークⅠ	6/18(月)
⑤ 献立の立て方と調理	6/20(水)
⑥ グループワークⅡ、地区組織活動の進め方、閉講式	6/29(金)

時間	9時～12時 ※⑤は9時～13時
会場	区役所2階 保健センター講堂 ※⑤は栄養実習室
対象	区内にお住まいの方 定員 20人
受講料	無料(別途、テキスト代として1,155円が必要)
申込	5月8日(火)～18日(金)に電話または窓口でお申し込みください(土・日曜日を除く)。 抽選
その他	開催日時、内容は変更する場合があります。 受講できない講座がある場合、他区で開催する同講座に振り替えが可能です。
申込先・詳細	健康・子ども課健やか推進係(2階12番窓口) ☎889-2400(内線521)

清田図書館

区役所4階 ☎889-2484
休館日 第2・第4水曜日

たのしいおはなしの会

ボランティアグループ「ぼけっと」による読み聞かせ会です。
日時 5月12日(土)、26日(土) いずれも14時30分
 5月17日(木)、6月7日(木) いずれも10時30分
会場 清田図書館 お話し室
対象 就学前のお子さんと保護者
申込 不要



ポリオワクチン服用のお知らせ

日時	5月 15日(火)、17日(木) いずれも9時～10時30分 22日(火)、28日(月) いずれも13時15分～14時30分
会場	区役所2階 保健センター
対象	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。
費用	無料 申込 不要
その他	お子さんの体調の良い日にお越しください。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512～515)

住民集団健康診査

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。

検査の種類	対象者	内容	費用	持参するもの
健康診査	①40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、 血圧測定、血液検査、尿検査※2	受診券に記載の自己負担額	特定健診または後期高齢者健診の受診券、健康保険証、前年度の健診結果表(お持ちの方のみ)
	②75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		
	上記①②の対象者で希望される方	付加健診(心電図検査、貧血検査、血清尿酸など)	500円	生活保護受給証明書 本人確認証
	③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(付加健診は実施しません)		無料	
肺がん検診	40歳以上	問診、胸部X線撮影、読影、 結核検査(65歳以上)※3	無料	住所、氏名、年齢が確認できるもの(健康保険証など)
緊急肝炎ウイルス検査	過去に検査を受けたことのない方	B型・C型肝炎ウイルス検査		

※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 医師の判断で心電図検査、貧血検査、眼底検査を追加実施。札幌市国民健康保険加入者は無料。それ以外の方は受診券に記載の額。

※3 医師の判断で喀痰(かくたん)検査(400円)を追加実施。ただし、市・道民税非課税世帯、65歳～69歳で後期高齢者医療制度被保険者、70歳以上の方、生活保護受給世帯、支援給付世帯は無料(確認書類要)。

日時	会場
5月24日(木)	9時30分～11時 真栄地区会館 真栄2条2丁目 13時30分～15時 羊ヶ丘通町内会館 美しが丘3条5丁目
5月25日(金)	9時30分～11時 清田中央総合会館 清田6条2丁目 13時30分～15時 里塚記念会館 里塚3条7丁目
6月4日(月)	9時～11時 こもれび会館 平岡公園東10丁目

詳細:健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線523)

パークゴルフ場のご案内

	コース名	オープン予定日	費用	問い合わせ先	詳細
①厚別川緑地	白鳥コース(清田1-1地先)	5月上旬	無料	NPO法人あしりべつ川の会 菊地 ☎090-5222-0097	土木センター(平岡2-4) ☎888-2800
	マガモコース(北野5-4地先)				
②平岡公園 コース (平岡4-7地先)	Aコース	4月21日(土)		平岡公園管理事務所 ☎881-7924	環境局みどりの管理課 (中央区南1東1) ☎211-2536
	Bコース	梅林の花見期 間終了後			
③真栄ハイテクヒルパークゴルフ場 (真栄363番地)		5月7日(月)	利用の際に は維持管理 協力金をお 願いしてい ます。	真栄ハイテクヒルパークゴルフ同好会 小澤 ☎882-3530 清田中央パークゴルフ同好会 現地受け付け ☎080-1890-7044 鈴木 ☎090-9527-6536	総務企画課庶務係 ☎889-2400(内線213)
④清田中央・みどりパークゴルフ場 (清田9-3地先)		4月29日(祝)			