



区役所食堂では、ヘルシー定食を毎月14日の「とよひらの日」と第4水曜日に販売します(1食500円・限定15食)



住民集団健康診査（予約不要）

11月まで、各地区の会館などで実施します。特定健康診査・後期高齢者健康診査は原則有料です。

地区	実施日	受付時間	実施会場	所在地
福住	5/11(金)	9時30分～11時	福住地区会館	福住1-4-13-17
月寒	5/11(金)	13時30分～15時	月寒東会館	月寒東3-5-6-20
豊平	5/16(水)	9時30分～11時	豊平会館	豊平6-7-1-12
福住	5/16(水)	13時30分～14時30分	望羊会館	福住3-8-7-23

種類	対象者・検査項目	費用	持参書類など
特定健康診査	40～74歳が対象。 ①基本項目 問診、身体計測（身長・体重・腹囲）、診察、血液検査（脂質・血糖・肝機能など）、尿検査、血圧測定。 ②詳細項目 心電図、眼底検査、貧血検査。 ※②は一定の条件に該当し、さらに医師が必要と認めた方のみ。	・札幌市国保の方 受診券をご確認ください。 ・札幌市国保以外の方 受診の可否や費用はご加入の健康保険機関（保険者）にご確認ください。	・受診券と保険証をお持ちください。生活保護を受けている方は、受給証明書をお持ちください。 ・前日はアルコールを取らず、当日は直近の食事を控えてください。水は飲んでも構いません。
後期高齢者健康診査	75歳以上が対象（特定障がいのある65～74歳を含む）。 特定健康診査の①（腹囲を除く）のみ。	受診券をご確認ください。	
X線検査	40歳以上が対象。胸部レントゲン検査。	無料。	・住所、生年月日を確認できる書類をお持ちください。
肝炎ウイルス検査	年齢制限なし。ただし、過去に検査済みの方は対象外。	今年度に限り無料。	

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527



こりんとめーたんの ワンポイント・アドバイス Vol.1

～容器包装プラスチックと製品プラスチックをきちんと分けよう！～

無料 容器包装プラスチック

食料品や日用品が入っていたプラスチック製容器、包装、緩衝材。

有料 製品プラスチック

「容器包装プラスチック」以外のプラスチック製品のこと。

- ペットボトルのキャップ
- 薬のプラ製容器
- お菓子のプラ製袋
- 納豆のプラ製容器
- 油・マヨネーズ等のプラ製容器

再びプラスチックの原料になって、公園のベンチなどにリサイクルされているよ。



- ボールペン
シャープペンシル
- DVD・CD
(ケースも)
- プラ製保存容器
- ビデオテープ

指定ごみ袋に入れて、燃やせるごみの日の朝8時30分までにし出せね。



詳細 豊平清掃事務所 (西岡520番地) ☎581-9153



詳しくは、区役所で配布中の「ごみ分けガイド」をご覧ください。

イラスト：経済産業省HP「ごみイラスト素材集」