## ❸親育ち応援団講座
## 「あかちゃんのぐっすりねんね」

乳幼児期の発達段階に応じた生活リズムの整え方や子どもとの関わり方について講師に聞いてみませんか。



**と　き**　12月16日（水）10時～11時
**ところ**　北保健センター（北25西6）
**対　象**　1歳6カ月未満の子どもと保護者
これから親になる方
**定　員**　先着10組程度
**申　込**　**12月2日（水）9時～15日（火）17時**に、子育て支援担当係へ電話またはファクス（講座名、保護者氏名と子どもの氏名（ふりがな）、子どもの月齢、電話番号を記入）

## ❹住民集団健診　申込不要

| と　き | | ところ |
|---|---|---|
| 11月13日（金） | 9時30分～11時 | 屯田地区センター（屯田5-6） |
| 11月16日（月） | 13時30分～15時 | 麻生地区会館（北39西5） |
| 11月18日（水） | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時 | 北区民センター（北25西6） |
| 11月24日（火） | 9時30分～11時 | 新川西会館（新川3-16） |
| 11月27日（金） | 9時30分～11時 | 拓北ひまわり会館（拓北7-3） |
| | 13時30分～15時 | 新琴似北会館（新琴似11-5） |
| 12月1日（火） | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時 | プラザ新琴似（新琴似7-4） |
| 12月2日（水） | 9時30分～11時 | 横新道会館（篠路2-6） |
| | 13時30分～15時 | 新琴似西会館（新琴似3-8） |
| 12月8日（火） | 18時～19時 | 太平百合が原地区センター（太平12-2） |

| 種類 | 対象 | 費用 |
|---|---|---|
| 健康診査 | 40～74歳で以下の方<br>・札幌市国民健康保険の加入者<br>・協会けんぽに加入の被扶養者 | 無料 |
| | 40歳以上で以下の方<br>・生活保護世帯<br>・中国残留邦人等支援給付世帯 | |
| | 後期高齢者医療制度の加入者 | 受診券記載の自己負担額 |
| 肺がん検診 | 40歳以上の方 | 無料※ |
| 肝炎ウイルス検査 | 過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方 | 無料 |

※医師の判断で喀痰（かくたん）検査を行った場合は400円です。
▷健康診査は、ご自宅に郵送される受診券、マイナ保険証または資格確認書を、生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査受診券、中国残留邦人等支援給付世帯の方は本人確認証をお持ちください。
▷肺がん検診と肝炎ウイルス検査は、受診券は不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものをお持ちください。

# 保健センターからのお知らせ

**以下❶❹**について
健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181
**❷❸**について
健康・子ども課子育て支援担当係
TEL 757-2566　FAX 756-0874

## ❶胃がん・大腸がん・肺がん検診【3種類同時可】

**と　き**　11月27日（金）9時～11時
**ところ**　北保健センター1階（北25西6）

| 種類 | 対象 | 定員※1 | 料金 |
|---|---|---|---|
| 胃がん（バリウム） | 50歳以上で偶数歳の方※2 | 先着20人 | 1,300円 |
| 大腸がん（検便） | 40歳以上の方 | 先着40人 | 400円 |
| 肺がん（胸部エックス線） | | なし | 無料※3 |

※1　胃がん、大腸がん検診合わせて45人まで。
なお、先着順のため、期間内でも定員に達した時点で受付を終了します。
※2　50歳以上で奇数歳の方は、直前の偶数歳のときに札幌市胃がん検診を受診していなければ対象です。
※3　医師の判断で喀痰（かくたん）検査を行った場合は400円です。

| 料金減免の対象となる方 | 必要書類 |
|---|---|
| 70歳以上の方 | 生年月日が確認できる本人確認書類 |
| 65～69歳で後期高齢者医療制度の加入者 | マイナ保険証または資格確認書など |
| 生活保護世帯 | 生活保護受給証明書 |
| 市・道民税非課税世帯 | 課税証明書 |
| 中国残留邦人等支援給付世帯 | 本人確認証 |

**申　込**　**肺がん検診**は申込不要。
**胃がん・大腸がん検診**は、**11月13日（金）**までに、右記コードの専用サイトまたは、札幌市コールセンター（222-4894）へ電話。

## ❷子育て講座
## 「どうする？子どもの冬支度in札幌」

冬の室内外の服装や、外出時のポイントなどお伝えします。

**と　き**　11月27日（金）10時30分～11時15分
**ところ**　北区保育・子育て支援センター
ちあふる・きた（北25西3）
**対　象**　生後７カ月から就学前までの子どもと保護者
これから親になる方
**定　員**　先着10組程度
**申　込**　**11月13日（金）9時～26日（木）17時**に、子育て支援担当係へ電話またはファクス（講座名、保護者氏名と子どもの氏名（ふりがな）、子どもの月齢、電話番号を記入）





## 市税は納期限までに納付を

納期限後に納付する場合、本来納めるべき税額のほかに日数に応じて算出した延滞金を納めていただくことになります。納期限までに納付できない方はお早めにご相談ください。毎週木曜日（祝休日を除く）は20時まで夜間納税相談を行っています。

北部市税事務所納税課納税係
（中央区北4西5 アスティ45 9階）　TEL 207-3913

## 要注意！ 冬場のノロウイルス予防

### ❶ ノロウイルスとは



主に冬季に流行する感染力が極めて強いウイルス。
1～2日の潜伏期間を経て、激しい吐き気・おう吐・下痢・腹痛・発熱などの症状を引き起こす。

### ❷ 感染経路・原因食品

接触・飛沫感染『人から』



・便やおう吐物に触れた手
・おう吐物中のウイルスが空気中に舞い上がる

経口感染『食品から』



汚染された二枚貝の摂取



調理者の手を介した食品汚染

### ❸ 家庭での予防



こまめな手洗い



食品の十分な加熱

よく洗浄した後
0.02% の次亜塩素酸に
10分浸けてから水洗い



調理器具や食器の消毒

消毒が必要な場所と方法・おう吐物の処理方法▶
（札幌市食品衛生ニュース「キッチンメール第38号」）

広告

# 情報プラザ



**11月11日（水）～12月10日（木）**
費用の記載がないイベントは参加費無料です。

## 第46回北区障がい児童文化作品展

北区にお住まいで、障がいのある小・中学生が制作した絵や工作、書道などの作品を展示します。

**と　き**　12月7日（月）～11日（金）8時45分～17時15分
**ところ**　北区役所（北24西6）1階ロビー、2階保健福祉課ロビー






保健福祉課福祉事務二係　TEL 757-2464

## 障がいのある方の地域の相談先

障がいのある方やそのご家族からのさまざまな相談をお受けします。

**受付時間**　月曜日～金曜日（祝休日を除く）9時～17時

| 相談室 | 住所 | 連絡先 | 担当地区 |
|---|---|---|---|
| といろ | 北10西2 | TEL 776-6109<br>FAX 776-6244 | 鉄西、幌北、新川、新琴似 |
| ぽらりす | 北21西5 | TEL 757-1871<br>FAX 757-1872 | 北、麻生、新琴似西 |
| ぽぷら | 太平9-5 | TEL 717-5520<br>FAX 717-5521 | 屯田、篠路茨戸、太平百合が原、拓北・あいの里 |

| 区分 | 相談員 | 連絡先 | 区分 | 相談員 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|
| 視覚 | 近藤（こんどう） | TEL 090-8705-2274 | 内部 | 岩城（いわき） | TEL 761-3225 |
| | 松島（まつしま） | TEL 641-8853 | 難病 | 堀川（ほりかわ） | TEL 090-9438-0606 |
| 聴覚 | 渡辺（わたなべ） | FAX 757-1057 | 知的 | 小島（こじま） | 手をつなぐ育成会（TEL 080-4328-5463）上記で受付後、相談員から折り返し電話します。 |
| 肢体 | 川原（かわはら） | TEL<br>FAX 762-1107 | | 堀（ほり） | |
| | 嶺岸（みねぎし） | TEL 641-8853 | TEL…電話　FAX…ファクス | | |

保健福祉課相談支援一・二係　TEL 757-2465　FAX 736-5378