

主な施設の所在地・電話番号

厚別区役所 ☎895-2400(代)
 (厚別中央1条5丁目)
 厚別保健センター ☎895-1881
 (厚別中央1条5丁目)
 厚別区土木センター ☎897-3800
 (厚別町下野幌45-39)
 白石清掃事務所 ☎862-0053
 (白石区本通20丁目北1-66)
 厚別区体育館 ☎892-0362
 (厚別中央2条5丁目)

厚別図書館 ☎894-1590
 (厚別中央1条5丁目)
 厚別区民センター ☎894-1581
 (厚別中央1条5丁目)
 厚別西地区センター ☎896-2000
 (厚別西4条4丁目)
 厚別南地区センター ☎896-3000
 (厚別南7丁目)

電話番号をよくご確認ください

厚別区からの

お知らせ

5月11日～6月10日

厚別保健センターから

ポリオワクチン服用
 日時 左表の通り。

月 日	受付時間
5/8(水)	午後1時30分～2時30分
5/13(月)	
5/20(月)	
5/29(水)	午前9時～10時

会場 厚別保健センター！

対象 生後3カ月から90カ月未満で、2回の服用を済ませていないお子さん。なお、次のような場合は服用できません。熱が高い、下痢をしている、医師から服用を止められている方。BCG、はしかなどの生ワクチンを接種してから4週間以上経過していない方。三種混合、B型肝炎のワクチンを接種してから1週間以上経過していない方。はしか、水ぼうそう、突発性発疹などの病気にかかり、発病後1カ月を経過していない方。

注意 当日は、お子さんの体調を確認の上、ポリオワクチン予診票に必要事項を記入

してお持ちください。

その他 昭和50年から52年に生まれた方は、ポリオの免疫保有者の割合が、ほかの年齢層に比べて低いことが分っています。該当する方は、次のような場合、再度服用することを勧めします(有料 1120円)。ポリオウイルス常在国に渡航するとき、お子さんがワクチンを服用するとき。

いきいき生活体験講座
 参加者募集

日時・内容 左表の通り。

月 日	時 間	内 容	場 所
5/22(水)	午後1時～3時30分	ウォーキング、ストレッチ、グループワークなど	厚別区民センター
5/29(水)		休養・リラクゼーション実技、ストレッチ体験など	厚別保健センター
対 象		おおむね40歳～60歳の方で、2日間とも参加できる方。	
申込方法		5月13日(月)から、電話で厚別保健センターへ(先着順)。	

定員 20人。
 参加料 無料。

たばこをやめたいと思ってる方へ

保健師、栄養士が禁煙を無理なく行える方法を各人の状態に応じてアドバイスします。

期間 5月～8月。

場所 厚別保健センター！

対象 市内にお住まいの禁煙を希望する方で、期間中の禁煙の日中に2～3回程度保健センターに来所できる方。

定員 10人程度。
 参加料 無料。

申込方法 5月13日(月)～24日(金)の午前9時～午後5時に電話で厚別保健センターへ(先着順)。

地区健康相談

生活習慣病の予防と結核の早期発見のため、各地区で健康相談を実施します。
 日時・会場 右表の通り。

月 日	受付時間	実施会場	所在地
5/16(木)	午前9時～11時	ひばりが丘東集会所	厚別中央1条4丁目
	午後1時30分～3時	もみじ台北第2集会所	もみじ台北4丁目
5/31(金)	午前9時～11時	厚別南会館	厚別南1丁目
	午後1時30分～3時	上野幌中央会館	上野幌3条5丁目
対 象	ふだん健康診断を受ける機会のない15歳以上の方。		
検査項目	①健康相談(血圧測定・尿検査) ②結核検診(胸部X線検査) ③血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖検査など)=40歳以上の方 ④心電図検査=医師が必要と認めた方 ⑤C型およびB型肝炎検査=40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の節目検診対象の方 節目検診を希望する方は、受診券、健康保険証、運転免許証など、本人であること・住所・年齢を確認できるものをお持ちください。		
費 用	無料(心電図検査を受けた場合は800円、C型およびB型肝炎検査を受けた場合は400円)。		
そ の 他	健康手帳をお持ちの方は、忘れずにお持ちください。詳しくは、保健センター☎895-1881へお問い合わせください。		