

緑丘小学校交通安全作品展標語部門

賞 賞

賞「ちいこくする あせる気もちが じいのもと」  
賞「ぼくが先 そつごころ気持ちが 事故のもと」

辻ありさ  
阪野礼子さん(5年)

### コレステロール教室

生活習慣病の原因となるコレステロール。その正体を知り、上手な付き合い方を学んでみませんか。

▽日時 10月29日(火)午後1時30分～3時30分。

▽会場 保健センター2階講堂(南3西11)。

▽定員・費用 50人・無料。

▽対象 コレステロール値が高い方、または関心のある方。

▽申込 10月16日(水)までに、電話またはファクス(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)でお申し込みください。多数時抽選。なお、結果ははがきでお知らせします。

申込詳細 地域保健課

☎(511)72221  
FAX(511)8499

### 運動(ウォーキング)教室

生活習慣病の予防にはウォーキングが効果的といわれています。健康のために歩いてみませんか。

▽日時 10月22日(火)午後1時30分～3時30分。

▽会場 区民センター2階ホール(南2西10)。

▽定員・費用 50人・無料。

▽対象 65歳以下で運動指導

を希望する方。

▽申込 10月16日(水)までに、電話またはファクス(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)でお申し込みください。多数時抽選。なお、結果ははがきでお知らせします。

申込詳細 地域保健課

☎(511)72221  
FAX(511)8499

### 健康づくり講演会

▽内容 「狭心症・心筋梗塞の一次予防・二次予防」講師 札幌鉄道病院循環器内科主任 任 医師長・上田哲人(たけひと)医師。

▽日時 10月31日(木)午後1時30分～3時。

▽会場 保健センター2階講堂(南3西11)。

▽対象・費用 原則として区内にお住いの方・無料。

▽申込 当日、直接会場へお越しください。

詳細 地域保健課

☎(511)72221

### 地区健康相談

血圧測定、尿検査、心電図検査(40歳以上で医師が必要と認めた方)、保健相談、栄養相談、結核検診(15歳以上の方)、血液検査(40歳以上

の方。肝機能検査、脂質検査、腎機能検査、貧血検査、血糖検査など)。

また、40・45・50・55・60・65・70歳で希望する方を対象に、C型肝炎ウイルス検査なども実施します。

▽日時・会場 左表の通り。

▽対象 普段、健康診断を受ける機会のない方。

▽費用 無料(ただし、心電図検査800円、C型肝炎・B型肝炎セット検査400円、C型肝炎検査350円、B型肝炎検査100円)。

▽申込 当日、直接会場にお越しください。

▽その他 ①健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

②なるべく空腹の状態でお越しください。

③C型肝炎ウイルス検査などを希望される方は、住所・氏名・生年月日を確認できるもの(健康保険証や免許証など)が必要で

す。必ずご持参ください。

詳細 地域保健課

☎(511)72221

### ポリオワクチンの服用

ポリオは、ウイルスによる感染症で、ワクチンを服用することにより予防できます。ワクチンは、6週間以上の間隔をおいて2回服用しますが、札幌市では5月と10月に行っています。

▽対象・料金 生後3カ月から90カ月未満(7歳6カ月に達する前)のお子さんが対象で、無料。なお、望ましい接種年齢は生後3～18カ月です。

▽注意事項 ①説明書などをよく読み、必要性や副反応を事前に理解してください。

②予防接種予診票に、体調などの必要事項(体温は当日服用前に会場で検温するので除く)を記入してご持参ください。

③説明書に予防接種を受けることができない人と、受ける前に医師とよく相談しなくてはいけない人が書かれています。お間違いのないようお受けください。なお、水ぼうそう、はしか、突発性発疹などは、かかってから1カ月たっていること。

④当日は母子手帳を必ずお持ちください。

⑤ワクチン服用後吐くことがあるので、服用前後30分

月 日	受付時間	会場
10月7日(月)	午前9時30分～11時	中央保健センター(南3西11)
10月15日(火)	午後1時30分～3時	
10月22日(火)	午後1時30分～3時	
10月24日(木)	午前9時30分～11時	
10月28日(月)	午前9時30分～11時	

いはいはミルクなどを与えないでください。

▽会場・日時 右表の通り。

◆次の方にはご希望により有料(千120円)で接種をします。

昭和50年から52年に生まれ

た方について、ポリオの免疫を保有している方の割合がほかの年齢層に比べて低いことが、厚生労働省の調査で分かりました。

この時期に生まれた方は、①ポリオウイルス常在国に渡航される時、②お子さんがポリオワクチン接種をされる時に、再度接種することをお勧めします。

詳細 地域保健課

☎(511)72221

※本紙9月号中央3ページで「明治3年に秩父宮、4年に高松宮がスキーをした」と記載しましたが、正しくは「昭和」の誤りです。