

申し込み時の ①行事名(日時・曜日・コースなども) ②住所(郵便番号も) ③氏名(ふりがな) ④年齢、性別  
 必 要 事 項 ⑤電話番号 ⑥学校名・学年(児童・生徒のみ) ⑦返信先(往復はがきの場合)

■すこやか健診・肝炎ウイルス検診・がん検診

種 別	実施機関・場所	費 用
すこやか健診	指定医療機関	800円
C・B型肝炎ウイルス検診	指定医療機関 ※すこやか健診の受診者で一定の条件に該当する方が受診できます	300円～900円
胃がん・大腸がん検診(原則として同時受診)	北海道対がん協会(要予約) 東区北26東14 ☎748-5522	500円～800円
	検診車(各保健センターに要予約)	
	指定医療機関	1,000円～2,400円
肺がん検診	結核予防会札幌健康相談所 中央区北3東3 ☎231-6419	無料～300円
子宮がん検診	北海道対がん協会(要予約)	700円～1,200円
	指定医療機関	1,000円～1,700円
乳がん検診	北海道対がん協会(要予約)	300円
	指定医療機関	400円

※指定医療機関については、お問い合わせください。

内容・費用左表の通り。受診当日の年齢が満70歳以上の方、生活保護世帯・市民税非課税

すこやか健診・肝炎ウイルス検診・がん検診

日時・会場 ①12月11日(水) 東保健センター(東区北10東7) ②12日(木) 中央保健センター(中央区南3西11)。いずれも午後4時～8時。  
 申込事前に専用電話へ予約。  
 申込先・詳細 ①は東保健センター ☎(723)8120、②は中央保健センター ☎(552)8120

夜間エイズ検査

エイズに関する無料匿名検査と無料相談を実施。検査結果は1週間後にお知らせします。

世帯の方は無料。対象40歳以上。子宮がん・乳がん検診は30歳以上の女性。いずれも職場で受診する機会のない方。

詳細 地域保健課 ☎(211)2306  
 スリムアップ料理教室  
 おいしくスリムアップ



内容調理実習と栄養に関する講義、健診でダイエットを指します。

日時 1月16日～3月20日の木曜。実習 午前、講義 午後全10回。  
 会場 調理実習・講義 西健康づくりセンター(西区八軒1西1)。初回健診・効果測定 中央健康づくりセンター(19階)。  
 対象 肥満または肥満気味で重い疾患のない方16人。  
 費用 1万円。  
 申込 12月20日(金)から中央健康づくりセンターへ電話。☎(先着) 中央健康づくりセンター ☎(562)8700  
 中央健康づくりセンター 健診  
 女性のフレッシュ健診 骨粗しょう症検診と健康診断が同時に受診できます。  
 日時 1月7日からの火曜午前8時45分～正午。  
 対象 18～39歳の女性。  
 定員・費用 1日30人。2千円。  
 申込 12月13日(金)から電話。☎(先着) 骨粗しょう症検診 1月7日(火)以降の受診者を、12月17日(火)～21日(土)の消印がある往復はがきで受け付けます。  
 日時 火曜午後1時～2時。  
 対象 40歳以上の女性。  
 定員・費用 1日30人。千円。  
 申込 往復はがきを上欄必要事項を記入し郵送。消印順に検診日を記載し返送。  
 申込先・詳細 中央健康づくりセンター ☎(先着) 中央健康づくりセンター ☎(562)8700

中小企業経営セミナー  
 内容・日時右表の通り。  
 会場 産業振興センター(白石区東札幌5の1)。  
 対象 市内の中小企業者(⑦は創業希望者または起業後間もない方。⑩⑪は中小企業支援機関の方を含む)。  
 申込 12月11日(水)から産業振興センターへ電話かファクス。ホームページ http://sangyo.  
 15・16年度競争入札参加資格申請(工事等)の受け付け  
 対象 工事請負、測量、地質調査、設計・監理の各事業者。なお、現在資格をお持ちの方も更新のための申請が必要です。  
 受付日時 1月14日(火)～31日(金)

内 容	日 時	定 員	費 用
① エクセル中級	2月5日(水)、6日(木) 午前9時30分～午後4時	各20人	各4,000円
	2月12日(水)、13日(木) 午前9時30分～午後4時		
② エクセルで学ぶ経営分析とキャッシュフロー	2月20日(水)、21日(金) 午前9時30分～午後4時	各40人	各2,000円
③ 事業継承セミナー	2月27日(水) 午前9時30分～午後4時		
④ 店頭販売員の接客マナー	2月4日(火) 午前9時30分～午後4時	各150人	無料
⑤ 提案営業実践セミナー	2月6日(木) 午前9時30分～午後4時		
⑥ 交渉力向上セミナー	2月13日(木) 午前9時30分～午後4時	各150人	無料
⑦ 起業家のための経理・総務入門	2月15日(土) 午前10時～午後4時30分		
⑧ 市場調査入門セミナー	2月19日(水) 午前9時30分～午後4時	各150人	無料
⑨ 中小・ベンチャー企業のためのファイナンス講座	2月25日(火) 午前9時30分～午後4時		
⑩ 建設リサイクル法・廃棄物処理法対応講習会	1月23日(木) 午後1時～4時50分	各150人	無料
⑪ 自動車リサイクル法・フロン回収破壊法対応講習	1月24日(金) 午後1時30分～5時		

