

南保健センター

☎(581)5211

チャレンジ禁煙セミナー

今すぐたばこをやめたいと思っ
ていらっしゃる方に、マンツーマン
でお手伝いします。過去に失敗
したことがあるという方もぜひご
参加ください。

内容 あなたに合った禁煙の方法を
アドバイザーとし、定期的な励まし
の連絡をします。

対象 区内にお住まいの禁煙を希望
する方で、期間内に2〜3回程度来
所できる方。

期間 7月〜9月。
場所 南保健センター。
定員・費用 15人。無料。

申込方法 6月11日(水)〜20日(金)に左記へ予約(電話可。先着順)。

【詳細】地域保健課健康推進係

■胃がん・大腸がん検診

対象 40歳以上で、職場などで受診
していない方。

検診日 6月20日(金)。

受付時間 午前8時45分〜10時。

会場 南保健センター。

費用 800円(胃がん検診のみ500円)。ただし、70歳以上の方、特定の障害のある65〜69歳の方、生活保護世帯の方、

市民税非課税世帯の方(区役所の証明が必要)は、無料。
申込方法 事前に左記へ予約(電話可)。

【詳細】地域保健課健康推進係

■機能訓練の利用者募集

内容 医師や理学・作業療法士が、歩行や起き上がりなどの基本動作、日常生活動作の訓練を行います。

対象 40歳以上の市民で、身体に障害がある方や、日ごろ運動の機会が少ない方(病院のリハビリや、介護保険の通所サービスの利用者は原則として該当しません)。

実施機関 南老人福祉センター(石山78番地)。リラコート愛全(川沿13条2丁目)。

実施回数 週2回程度。
定員 3名程度(定員に達した場合は、待機していただくことがあります)。

費用 無料。
申込方法 左記へお問い合わせの上来所してください。

【詳細】地域保健課健康推進係

■歯科相談のお知らせ

対象 区内にお住まいの方。

内容 虫歯や歯周病予防など、歯と口の健康に関する相談を行っています。3歳未満児のみ、虫歯予防のフッ化物(フ

ッ素)塗布を希望の方に有料(千300円)で行っています。
日程 毎月第1〜3火曜日。
受付時間 午後1時〜2時。
会場 南保健センター。

【詳細】地域保健課健康推進係

■講座のご案内



内容 表①の通り。
対象 15歳以上の方(中学生・高校生を除く)。
申込方法 申込時に受講料(教材費は開講時に持参)を添えて、もいわ地区センターへ(先着順。電話不可)。た

もいわ地区センター

☎(572)5733

■地区健康相談

対象 普段健康診断を受ける機会のない方。

申込方法 当日直接会場へお越しください。

<内容・費用>

内 容	費 用
血圧測定、尿検査、胸部X線撮影 (15歳以上の方)	無 料
血液検査 (脂質、血糖、肝・腎機能、貧血検査) (40歳以上の方)	
心電図検査 (40歳以上で医師が必要と認めた方)	800円
B型・C型肝炎ウイルス検査 (40・45・50・55・60・65・70歳で希望する方。健康保険証など「本人」「年齢」「住所」が確認できるものを持参すること)	400円

<日時・会場>

実施日	時 間	実施会場	所在地
6月18日(水)	午前9時30分〜11時	川沿会館	川沿4条5丁目
	午後1時30分〜3時	南保健センター	真駒内幸町1丁目
6月19日(木)	午前10時〜10時30分	定山溪集会所	定山溪温泉東3丁目
	午前11時〜11時30分	小金湯会館	小金湯627番地
	午後1時30分〜3時	真駒内集会所	真駒内本町2丁目

【詳細】 地域保健課健康推進係 ☎581-5211

表① もいわ地区センター講座

講座名	講 師	開 講 日	開 講 時 間	定 員	費 用	申 込 受 付
ペン習字教室 (全6回)	日本ペン習字協会理事 横山 翠泉	6月21日(土)〜7月26日(土) の毎週土曜日	午前10時 〜正午	15人	受講料 3,400円	6月12日(木) 午前9時から
水墨画教室 (全6回)	北海道水墨美術連盟 事務局長 鈴木 紫石	6月23日(月)〜8月4日(月) の毎週月曜日 ※7月21日(祝)を除く	午後1時30分 〜3時30分	15人	受講料 3,400円	6月12日(木) 午前9時から
ワード初級教室 (全6回)	パソコンスクール 派遣講師	6月23日(月)〜7月4日(金) の月・水・金曜日	午後1時30分 〜3時30分	各 20人	受講料 3,400円 教材費 1,000円	6月17日(火) 午前9時から
エクセル初級教室 (全6回)			午後6時 〜8時			6月18日(水) 午前9時から

ただし、受付開始時に定員を超えた場合は抽選を行います。
※定員に満たない場合は、いずれも引き続き、開講日の4日前まで受け付けます。

