

東保健センターから
（71）3211

■ポリオ(小児まひ)ワクチン
服用のお知らせ

日時次表の通り。

月	日	曜	受付時間
5	6	木	午前9時30分～11時
	10	月	午後1時30分～3時
	14	金	
	17	月	
	20	木	午前9時30分～11時
	24	月	午後1時30分～3時
5	27	木	午前9時30分～11時
	31	月	午後1時30分～3時

会場 いずれも東保健センター。
対象 生後3カ月～90カ月(7歳6カ月)未満の子ども。
費用 市内に居住する対象年齢内の子どもは無料。
注意事項 ①「予防接種のしおり」をよく読み、必要性や副反応について理解する。②予防票に必要事項(体温は除く)を記入し持参する。③服用後吐くことがあるため、前後30分は授乳などを控える。④自家用車での来庁はご遠慮ください。

※次に該当する場合は、ワクチンを服用できません。
①37・5度以上の発熱がある。
②ひどい下痢をしている。
③麻しん、風しん、BCGなどの生ワクチンを接種してから

4週間経過していない(29日目以降可能)。
④三種混合ワクチンなどの不活化ワクチンを接種してから1週間経過していない(8日目以降可能)。
⑤麻しんが治ってから4週間経過していない。
⑥風しん、水痘、おたふくかぜにかかってから4週間経過していない。
⑦突発性発疹、手足口病などにかかってから2週間経過していない。
⑧熱性けいれんの最終発作から3カ月以上経過していない。
⑨そのほか、医師に服用が適当でないと判断された場合。

※昭和50～52年生まれの方へ
ポリオの免疫を保有している割合がほかの年齢層に比べて低いため、該当の方は、①ポリオウイルス常在国(アフリカ、東部地中海、東南アジアなど)に渡航される時、②お子さんがポリオワクチンを服用するときに、再度ポリオワクチンを服用することをお勧めします(有料、千120円)。
■食生活改善推進員(ヘルスメイト) 養成講座受講生募集
食生活を通して、健康づくりを地域に広める活動をしてみませんか。

日程 6月3日(木)、11日(金)、15日(火)、18日(金)、24日(木)、29日(火)、7月2日(金)、5日(月)、8日(木)、13日(火)、15日(木)(全11日間)。時間は日によって異なります。
対象 全日程受講することができ、講座終了後に食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方。
会場 東保健センターのほか、市保健所(中央区大通西19丁目)。
定員・費用 30人。無料(ただし、教材費として千680円が必要)。
申込 5月11日(火)から21日(金)まで。

でに電話で申し込み(先着順)。
申込・詳細 地域保健課健康推進係
■地区健康相談
左表1をご覧ください。
■保健師による定期健康相談
左表2をご覧ください。
■胃がん・大腸がん検診
日程 5月13日(木)。
対象 40歳以上の方。
費用 800円(70歳以上の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料になります)。
各種証明書をお持ちください。
申込 電話予約制。地域保健課健康推進係へ。

表1 地区健康相談(無料)

月	日	曜	会場	所在地	受付時間
5	20	木	北光白樺福祉会館	北23東2	午前9時30分～11時
			元町中央会館	北24東19	午後1時30分～3時
	26	水	北27条会館	北27東10	午前9時～11時
6	1	火	栄42条会館	北42東4	午前9時～11時
	2	水	栄42条会館	北42東4	午前9時～11時

内容 【健康相談】 血圧測定・尿検査(健康相談を希望する方)、血液検査(40歳以上の方。GOT、GPT、総コレステロール、尿酸などを検査)、心電図検査(40歳以上で、当日医師が必要と認めた方。有料800円)。
【結核検診】 X線検査(15歳以上の方)。
【肝炎ウイルス検診】 C型・B型肝炎ウイルス検査(①40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方。②過去に肝機能異常を指摘された方。③広範な外科手術を受けたことのある方や妊娠・出産時に多量出血したことのある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方。有料400円)。
対象 普段健康診断を受ける機会のない方。
その他 健康手帳をお持ちの方は忘れずにご持参ください。

表2 保健師による定期健康相談(無料)

会場	所在地	電話	日時
鉄東まちづくりセンター	北9東5	721-3105	毎月第4水曜 午後1時30分～3時30分
北栄まちづくりセンター	北25東7	721-6336	毎月第4木曜 午前9時30分～11時30分
栄西まちづくりセンター	北42東4	752-9536	毎月第4水曜 午後1時30分～3時30分
栄東まちづくりセンター	北41東14	711-2203	毎月第4火曜 午前9時30分～11時30分
元町まちづくりセンター	北20東20	781-5375	毎月第4火曜 午前10時～11時30分
伏古本町まちづくりセンター	伏古3-3	784-5534	毎月第4水曜(11・12月は第3水曜) 午前10時～11時30分
丘珠まちづくりセンター	丘珠町183-2	781-4283	毎月第3水曜(9月は第5水曜) 午後2時～4時
札幌まちづくりセンター	東苗穂7-2	783-3608	毎月第4水曜 午後2時～4時
苗穂東まちづくりセンター	苗穂町3	742-4427	毎月第4火曜 午前10時～11時30分
北光児童会館	北18東5	753-6353	毎月第3水曜(8・1月は第4水曜) 午前10時～11時30分

※連絡所は、四月一日から、まちづくりセンターという名称になりました。

