

保健センターからの お知らせ

市民健康教室を 開催します

開催します

医療と保健にかかわる最新情報をテーマに、区内の医療機関の医師を講師に招いて講演会を開催します。今回は「腰痛・膝痛」をテーマにお話ししていただきます。

最近では、年齢、性別を問わず腰痛、膝痛の方が増えています。その原因や予防方法について学びませんか。

ぜひ、ご参加ください。

◆テーマ 腰の痛み、膝の痛みの予防と治療。

◆講師 医療法人社団蘭友会 札幌里塚病院院長 近藤正一 医師。

◆日時 9月29日(水)午後1時～2時。

◆会場 区役所2階 2A会議室。

◆費用 無料。

◆申込方法 当日、直接会場にお越しください。



◆詳細 地域保健課健康推進係
☎(889)2400(内線524)

健康フェアを開催します

健康フェアを開催します。健康をチェックしてみませんか。どなたでもお気軽に会場にお越しください。

日程	イベント名	テーマ・内容など	時間
9月29日(水)	市民健康教室	詳しくは上記「市民健康教室を開催します」をご覧ください。	午後1時～2時
	医師による健康相談	整形外科医師による相談。	午後1時～3時
	薬の相談コーナー	「正しい薬の飲み方・使い方」、「漢方薬について」、「温泉の利用法」など。	午後1時～3時
	歯科ドック	お口の健康チェック(だ液検査、口臭測定、お口の水分測定など)、歯科医師による歯の相談コーナー。	正午～午後2時
	食生活改善展	「野菜を食べましょう!! ～地産地消をご存知ですか?～」身近な野菜を使った料理の紹介、試食(※1)など。	午前10時～午後3時
	健康度測定、体力測定(あなたの健康度は?)	骨密度測定、血管年齢測定[整理券(※2)お持ちの方のみ]。各種体力測定、健康相談コーナー。	午前10時～午後3時
	生活衛生展(毒キノコに気をつけて)	キノコの実物、パネル展示。	午前10時～午後3時
	各種パネル展	禁煙、がん、エイズ、結核、健康さっぽろ21などについてのパネル展示。	午前10時～午後3時
会場	区役所2階保健センター、3階大会議室、3階健康増進フロア。	費用 無料。 申込方法 当日、直接会場にお越しください。 その他 ご来場された方には記念品を差し上げます(先着400人)。 ※1 試食は午前11時から行い、無くなり次第終了します。 ※2 「骨密度測定、血管年齢測定」の整理券は、1回目午前10時から(先着90人)、2回目午後0時30分から(先着60人)、3階健康増進フロア入り口で配布します。	

詳細：地域保健課健康推進係 ☎889-2400(内線522)

火は消した？
いつも心に
聞いてみて

地区健康相談を行います

普段、健康診断を受ける機会の少ない15歳以上の方を対象に健康相談を行います。予約は不要です。直接会場にお越しください。

実施日	受付時間	会場	
10/1(金)	午前9時30分～11時	清田中央会館 (清田4条2丁目)	
	午後1時30分～3時	北野会館 (北野6条5丁目)	
10/4(月)	午前9時30分～11時	平岡わかば会館 (平岡8条1丁目)	
	午後1時30分～3時	緑ヶ丘町内会館 (里塚緑ヶ丘10丁目)	
健診内容		料金※1	対象者
血圧測定・尿検査・胸部X線間接撮影		無料	15歳以上の方。
血液検査(脂質・肝機能・腎機能など)		無料	40歳以上の方。
心電図検査		800円	医師が必要と認めた方。
C型・B型肝炎検査		400円	要件に当てはまる方が希望により受診できます。
C型肝炎検査のみ		350円	(※2)
B型肝炎検査のみ		100円	

※1 次の方()内の証明書を持参すると無料になります。

- 70歳以上の方(健康保険証など年齢を証明できるもの)
- 老人保健法医療受給者(医療受給者証)
- 生活保護世帯(生活保護受給証明書)
- 市民税非課税世帯(課税証明書)

※2 肝炎検査を受診するための要件は次の通りです。

- 検査当日の満年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の方。(受診の際は住所・年齢を証明できるものをお持ちください。)
- 過去に肝機能異常を指摘されたことがある方。
- 広範な外科的処置を受けたことがある方、または妊娠・分娩時に多量の出血をしたことがある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方。



詳細：地域保健課健康推進係 ☎889-2400(内線522)

がん検診(胃・大腸)

毎月第2水曜日に「胃・大腸がん検診」を行っています。検診日の1週間前までに電話で予約の上、お越しください。

◆日時 10月13日(水)午前8時45分～10時受け付け。

◆会場 区役所2階保健センター。

◆対象 40歳以上の方。

◆費用 ①胃・大腸がん検診セット800円、②胃がん検診のみ500円、③大腸がん検診のみ

600円。なお、70歳以上の方(健康保険証など年齢を証明できるもの)、老人保健法医療受給者(医療受給者証)、生活保護世帯(生活保護受給証明書)、市民税非課税世帯(課税証明書)の方は()内の

証明書を持参すると無料になります。



◆申込先・詳細 地域保健課健康推進係
☎(889)2400(内線522)