

あつべつ健康・福祉フェスタ

健康づくりと介護予防のためのヒントをいろいろ用意しています。また、健康や福祉、介護保険についての情報提供や相談なども行います。入場無料です。皆さんお誘い合わせの上ご来場ください。

- ◇日時 10月16日(土)午前10時30分～午後3時30分
- ◇会場 厚別区民センター
- ◇内容 体力・健康度測定と健康相談、介護予防関係(健康体操・園芸療法・頭と体のいきいき講座・おたっしや度チェック)、小規模作業所展示即売会、福祉体験(手話コーラス・盲導犬)、食生活改善の展示と試食、健康づくりパネル展、健康クイズラリーなど
- ◇詳細 保健福祉サービス課 ☎895-2400 内線352
保健センター ☎895-1881

同時開催

あなたの街で市長と語ろう!

～厚別区タウントーク～

健康づくりをテーマに、関係団体の活動発表や市長との意見交換を行います。



- ◇日時 10月16日(土)午後2時～3時30分
- ◇会場 厚別区民センター2階区民ホール
- ◇参加方法 当日、直接会場にお越しください
- ◇詳細 保健福祉サービス課 ☎895-2400 内線342

厚別保健センターから

ポリオワクチン服用

▽日時 左表の通り。

月 日	受付時間
10/4(月)	午後1時15分～2時30分
10/12(火)	午前9時～10時
10/22(金)	午後1時15分～2時30分
10/29(金)	午前9時～10時

▽会場 厚別保健センター。
▽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予防票に必要な事項を記入(体温は除く)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次に該当する場合は、ワクチンを服用できません。⑤37・5度以上の発熱がある。⑥ひどい下痢をしている。⑦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)。⑧三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)。⑨麻しんが治ってから4週間経過していない。⑩風しん、水痘、おたふくかぜにかかったから4週間経過していない。⑪突発性発疹、手足口病などにかかったから2週間経過していない。⑫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。⑬その他、医師に服用が適当でない判断された場合。⑭昭和50年から52年に生まれた方は、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。この場合、再度ポリオワクチン接種をお勧めします。⑮ポリオウイルス常在国(アフリカ、地中海東部、東南アジアなど)に渡航される時。⑯お子さんがポリオワクチンを服用するとき(有料)千120円。

市民健康教室

▽日時・内容 左表の通り。

月 日	時間	会場	内容
11/4(木)	午後1時30分～3時	厚別会館 (厚別中央4条3丁目)	「かぜ薬の話あれこれ」 新札幌駅前薬局 薬剤師 丹野 進 氏
11/10(水)		青葉会館 (青葉町3丁目)	「中高年者のための歯のはなし」 つじむら歯科 院長 辻村 祐一 氏

▽胃がん・大腸がん検診 札幌市では生活習慣病予防の一環として、胃がん・大腸がん検診を行っています。健康で明るい生活を送るために、進んで検診を受けましょう。

▽実施日 11月9日(火)、22日(月)、24日(水)、25日(木)、26日(金)。
▽受付時間 午前8時45分～10時。

▽会場 厚別保健センター。
▽対象 40歳以上の方。
▽費用 胃がん・大腸がんセツト検診 800円、胃がん検診のみ 500円、大腸がん検診のみ 600円。

▽申込方法 検診日の10日前までに、直接または電話で厚別保健センターへ。
▽その他 減免制度については、厚別保健センターへお問い合わせください。

国民健康保険から

失業その他の事情により、国民健康保険料の納付が困難な場合は、お早めにご相談ください。日中來庁できない方のために夜間納付相談も行っています。

▽日時 10月14日(木)、19日(火)、21日(木)、26日(火)、28日(木)の午後6時～8時。

▽場所 区役所1階9番窓口(庁舎東側の通用口からお入りください)。

▽詳細 保険年金課 ☎(895) 2400 内線 395～397