

※ポリオ服用のためご来庁の際は、公共交通機関をご利用ください。

会場 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事前に母子健康手帳別冊「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予診票に必要事項を記入して持参するため、服用の前後30分は授乳

| 月 | 日 | 曜 | 受付時間 |
|---|----|---|-------------|
| 5 | 6 | 金 | 午後1時30分～3時 |
| | 9 | 月 | 午前9時30分～11時 |
| | 13 | 金 | 午後1時30分～3時 |
| | 19 | 木 | 午後1時30分～3時 |
| | 20 | 金 | 午後1時30分～3時 |
| | 23 | 月 | 午前9時30分～11時 |
| 6 | 26 | 木 | 午後1時30分～3時 |
| | 30 | 月 | 午前9時30分～11時 |

日時 次表のとおり。
服用のお知らせ

■ポリオ(小児まひ)ワクチン

健康推進係へ。
申込 電話予約制。地域保健課健康推進係へ。
その他 大腸がん検診希望の方は、検査日の前週までに東保健センターへ検便セットを取りに来ていただきます。

対象40歳以上の方。
費用 千100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)。
その他 大腸がん検診希望の方は、検査日の前週までに東保健センターへ検便セットを取りに来ていただきます。

表1 地区健康相談(無料)

| 月 | 日 | 曜 | 会場 | 所在地 | 受付時間 |
|----|----|--------|----------|----------|-------------|
| 5 | 11 | 水 | ひのまる児童会館 | 北38東9 | 午前9時30分～11時 |
| | | | 札幌北会館 | 東苗穂13-3 | 午後1時30分～3時 |
| | 25 | 水 | 北27条会館 | 北27東10 | 午前9時～11時 |
| | | | 栄新和町内会館 | 北48東10 | 午後1時30分～3時 |
| 31 | 火 | 栄42条会館 | 北42東4 | 午前9時～11時 | |
| 6 | 1 | 水 | 栄42条会館 | 北42東4 | 午前9時～11時 |
| | 4 | 土 | 元町中央会館 | 北24東19 | 午前9時30分～11時 |

内容 【健康相談】 血圧測定、尿検査、血液検査(40歳以上の方。GOT、GPT、総コレステロール、尿酸等を検査)、心電図検査(40歳以上で当日医師が必要と認めた方。有料1,200円)。
【胸部X線撮影】 40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 職場などで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 | 受付時間 |
|---------------|----------|----------|-------------------------------------|
| 鉄東まちづくりセンター | 北9東5 | 721-3105 | 毎月第4水曜日 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木曜日 午前9時30分～11時30分 |
| 栄東まちづくりセンター | 北41東14 | 711-2203 | 毎月第4火曜日 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火曜日 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水曜日(12月は第3月曜日) 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水曜日 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2火曜日 午後1時30分～3時 |
| 苗穂東まちづくりセンター | 苗穂町3 | 742-4427 | 毎月第2木曜日 午後1時30分～3時 |
| 栄西児童会館 | 北46東5 | 752-8363 | 毎月第3木曜日 午前10時～11時30分 |
| 北光児童会館 | 北18東5 | 753-6353 | 毎月第3水曜日(8、1月は第4水曜日) 午前10時～11時30分 |

などを控える。
※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麻疹、風疹、BCGなどの生ワクチンを接種してから27日間経過していない。
 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6日間経過していない。
 ⑤麻疹が治つてから4週間経過していない。
 ⑥風疹、水痘、おたふくかぜにかかつてから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つてから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方の割合が、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、東地中海、東南アジアなど)に渡航するとき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の接種をお勧めします(有料千120円)。

■食生活改善推進員(ヘルスマイト)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。
日時 6月10日(金)、14日(火)、17日(金)、21日(火)、24日(金)、28日(火)、30日(木)、7月7日(木)、12日(火)、15日(金)(全10回)。時間は日によって異なります。
対象 全回受講することができ、講座修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。
定員・費用 30人。受講料は無し。



料ですが、教材費として千150円が必要です。
申込 5月16日(月)から電話で申し込み(先着順)。
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。