

行楽シーズンを迎え、レジャーに車を利用する機会が多く、無理をせず時間と心に「ゆとり」を持った計画を立てましょう。

(健)康guide

中央保健センターからのお知らせ

◆申込・詳細 保健センター地域保健課
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221 FAX511-8499

【中央保健センターの健康相談日程】

保健センターでは、皆さんの健康を守るため、下記のような各種健康相談や健康診査を行っていますのでご利用ください。

- ◆子どものために
- | | <実施曜日> | <受付時間> |
|-----------------------------------|----------|-------------|
| 4カ月児健診(同時にBCG接種を実施)・・・ | 火(第1～3週) | 午前8時45分～10時 |
| ※BCG接種のみをご希望の方は保健センターへお問い合わせください。 | | |
| 乳幼児健診(10カ月児、再来)・・・ | 木() | 〃 |
| 1歳6カ月児健診・・・ | 水() | 〃 |
| 3歳児健診・・・ | 月() | 午後1時～2時 |
| 乳幼児精神発達相談(予約制)・・・ | 火(第1～4週) | 〃 |
| 歯科相談・・・ | 水(第1・3週) | 午後1時～2時 |
| 離乳期講習会・・・ | 金(第2週) | 午後1時～1時20分 |
| チャレンジむし歯ゼロセミナー・・・ | 水(第4週) | 午前9時45分～10時 |
| 母と子の歯みがき教室・・・ | 金(第3週) | 午後1時45分～2時 |

- ◆大人のために
- | | | |
|----------------------|----------|-----------------------------------|
| 胃がん・大腸がん検診(予約制)・・・ | 金(第2週) | 午前8時45分～10時 |
| 心の健康相談(予約制)・・・ | 金(第1・3週) | 午前9時～12時 |
| 歯科相談・・・ | 水() | 午後1時～2時 |
| 母性健康相談・・・ | 火(第1～3週) | 午前8時45分～10時 |
| 妊産婦健康相談・・・ | 木(第1・3週) | 午後1時～2時 |
| 女性の健康相談・・・ | 木(第2・4週) | 〃 |
| 母親教室(※1月と8月は休みます)・・・ | 水(第1～4週) | 午後1時～1時30分 |
| エキノコックス検査(予約制)・・・ | 水(第2・4週) | 午前10時30分～11時30分
(無料で検査できます) |
| エイズ検査・相談(予約制)・・・ | 水(第2・4週) | 午前10時30分～11時30分
(匿名・無料で検査できます) |

【地区健康相談のご案内】

◆内容・対象・費用 下表の通り。

	対象者	検査項目	費用	結果のお知らせ
健康相談	右欄の検査を希望する方	血圧測定・尿検査など	無料	当日会場でお知らせします
	40歳以上の方	血液検査 脂質検査・肝機能検査 血糖検査・腎機能検査 貧血検査 など		
	40歳以上で医師が必要と認めた方	心電図検査	1,200円	
胸部検診	40歳以上の方 (妊娠中の方は受診できません)	胸部X線間接撮影	無料	全員の方に3週間程度で封書によりお知らせします
肝炎ウイルス検診	血液検査受診の方で一定の要件に該当する方は希望により検査できます (※2参照)	(C型+B型)肝炎検査 C型肝炎検査のみ B型肝炎検査のみ	400円 350円 100円	

- ※1 次の方は検査料金が免除されます
 ●70歳以上の方(年齢が確認できるものが必要)
 ●特定の障がいのある65～69歳の方(老人保健医療受給者証が必要)
 ●市民税非課税世帯に属する方(市道民税課税証明書が必要)
 ●生活保護世帯に属する方(受給証明書などが必要)
 ※2 肝炎ウイルス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
 ●過去に肝機能異常を指摘された方
 ●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。

◆日時・会場 下表の通り。

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご来場へ。
 なお、健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

月日	時間	場所
7月14日(木)	午前9時30分～11時	幌西児童会館(南14西16)
	午後1時30分～3時	円山北町会館(北7西26)
8月2日(火)	午前9時30分～11時	札幌静修高等学校(南16西6)
	午後1時30分～3時	曙会館(南11西10)
8月10日(水)	午前9時30分～11時	宮の森会館(宮の森2-5)
	午後1時30分～3時	西会館(南6西13)

子育て掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

◆申込・詳細 保健福祉サービス課子育て支援担当
 〒060-0063 南3西11 ☎511-6399

～みんなで遊ぼう～「Summerフェスタ」

乳幼児から大人まで地域の皆さんと楽しく夏の遊びを楽しみませんか。(水あそび・シャボン玉など)

◆日程 下表の通り。

日	時	会場	所在地
7月27日(水)	午前10時～11時30分	緑丘小学校 グラウンド	南10条西22丁目
7月28日(木)	午前10時～11時30分	二条小学校 グラウンド	南2条西14丁目

◆対象・費用 中央区又は近隣にお住まいの方(就

学前のお子さんは必ず保護者同伴で)。

◆費用 無料。

◆申込 当日、会場で受け付けます。直接、グラウンドへお越しください(雨天時は、小学校の体育館で行います)。

子育て講座受講者募集

就学前の乳幼児を育てている保護者のための講座です。おしゃべりを通し、自分自身を見つめて、新たに子育てに向き合ってみませんか。

◆内容 「おしゃべり広場」子育てや家族のことなど。

◆日時 9月12日(月)、15日(木)。各回午後2時～3時30分。全2回コース。

◆会場 保健センター(南3西11)。

◆対象 0歳から就学前のお子さんを育てている保護者。(受講中は、お子さんをお預かりします。)

◆定員・費用 10人・無料。

◆申込 8月9日(火)午前9時から電話で。先着順。