

(健)康guide

中央保健センターからのお知らせ
ガイド

◆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

【エンジョイマタニティクッキング】

調理実習を通じて健康的なマタニティライフを考え、楽しい時間を過ごしませんか？

◆日時 8月25日(木)午前9時45分～午後0時30分
(受け付けは午前9時30分から)。

◆会場 保健センター(南3西11)。

◆対象 区内にお住まいで初産の妊娠5～7カ月までの方。

◆定員・費用 20人・無料。

◆持参する物 エプロン、三角きん、スリッパ、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」、母子手帳、筆記用具。



◆申込 8月11日(木)午前9時から電話で(先着順)。ファクス不可。

【チャレンジたばこゼロセミナー】

ニコチン依存度検査や呼気中一酸化炭素濃度測定、タイプ別診断などを行い、個人の状態に応じて、禁煙までをポイントごとにアドバイスします。

◆日時 8月下旬からの3カ月間。

◆会場 保健センター(南3西11)。

◆対象 1カ月以内に禁煙する意志があり、期間中の日中に数回、保健センターに来所できる方。

◆定員・費用 15人・無料。

◆申込 8月15日(月)から8月19日(金)までに電話で。ファクス不可。申し込み多数の場合は抽選とし、8月26日(金)までに結果をお知らせします。



【地区健康相談のご案内】

◆内容 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
肝炎ウイルス検査	血液検査受診の方で次の要件に該当する方は希望により検査できます(★参照)	(C型+B型)肝炎検査	400円	
		C型肝炎検査のみ	350円	
		B型肝炎検査のみ	100円	

★肝炎ウイルス検査を受診するための要件は次のとおりです。(受診希望の方は氏名・住所・年齢を確認できるものをお持ちください。)

- 検査当日の満年齢が40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方。
- 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のある方または妊娠・分娩時に多量の出血を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。

※次のいずれかに該当する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)
- 特定の障がいがある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(生活保護受給証明書が必要)

◆日時・会場 下表の通り。

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご直接会場へ。なお、健康手帳をお持ちの方は忘れずにご持参ください。

月 日	受付時間	会場(所在地)
8月24日(水)	午前9時～11時	円山会館(北1西23)
	午後1時30分～3時	南円山会館(南9西21)
8月25日(木)	午前9時～11時	円山会館(北1西23)
	午後1時30分～3時	曙会館(南11西10)
9月9日(金)	午前9時30分～11時	苗穂会館(北1東10)
	午後1時30分～3時	西創成会館(南5西7)