

▽開催日時 10月27日(木)～30日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)。講評会は30日(日)午後2時30分。

▽会場 白石区民センター2階ロビー(本郷通3丁目北)。

▽応募資格 区内にお住まいのお勤めの方。

▽募集作品 ①絵画の部 油画、水彩画、日本画、水墨画、パステル画、ちぎり絵など(サイズは30号以内で額付き。額の裏側に金具とひもを付けてください)。

②書道の部 漢字、かな、近代詩文書、墨象など(サイズは135cm×70cm以内。額または台紙付き)。

※いずれも作品の大きさを厳守してください。

▽出展数 1人1作品。  
▽申込方法 8月25日(木)～9月20日(火)午前9時～午後5時に電話または直接窓口で申し込み。

▽作品搬入 10月26日(水)午前9時～午後5時に区民センター1・2階ロビーにお持ちください。  
▼申込・詳細 白石区民センター運営委員会 ☎(861)310

### 地区健康相談を受けましょう

白石保健センターでは、9月まで各地区を回って健康相談を実施します。この機会に自分の健康状態をチェックし、日常生活の改善や生活習慣病などの早期発見のため、ぜひ受診しましょう。

また、平成14年度から肝炎ウイルス検査を実施しております(平成18年度まで)。受診希望者は、住所、氏名、年齢などが分かるもの(運転免許証、健康保険証など)を持参してください。

実施日	受付時間	実施会場
8月12日(金)	午前9時30分～11時	白菊会館 菊水元町8条1丁目11-1
9月3日(土)	午前9時～11時	東川下記念会館 川下3条5丁目3-25
9月6日(火)	午前9時～11時	北郷瑞穂会館 北郷8条9丁目1-1
9月20日(火)	午前9時30分～11時	本郷会館 本郷通8丁目北1-21
9月20日(火)	午後1時30分～3時	みつば会館 本郷通10丁目北3-3

種別	検査項目	対象	費用
健康相談	血圧・尿検査	希望者	無料。
	血液検査	40歳以上の方。 ※すこやか検診受診者は対象となりません。	※医師の指示による心電図検査 1,200円
	胸部X線撮影	※妊娠中の方は胸部X線撮影は受けられません。	
肝炎ウイルス検査	B型肝炎ウイルス検査	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の節目に該当する希望者。	両方実施 400円 B型肝炎 100円 C型肝炎 350円
	C型肝炎ウイルス検査	※節目以外で、過去に肝機能異常を指摘された方、広範な外科的処置や妊娠、分娩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は、健康相談と同時に実施できますのでお申し出ください。	

※〔 〕内のものを持参すると検査が無料になります。  
◆70歳以上の方〔健康保険証など年齢を確認できるもの〕◆特定の障がいのある65～69歳の方〔老人保健法医療受給者証〕◆生活保護世帯の方〔生活保護受給証明書〕◆市民税非課税世帯の方〔市民税課税証明書〕

▶申込方法 直接会場へお越しください。

【詳細】市コールセンター ☎222-4894  
区地域保健課(白石保健センター) ☎862-1881

### 胃がん・大腸がん検診のお知らせ

白石保健センターでは、毎月1回40歳以上の方(職場で受診できる方を除く)を対象に、胃がん・大腸がん検診を行っています。この機会に進んで受診しましょう。

日程	受付会場	受付時間	受診料金
8月22日(月)	白石保健センター	午前8時45分～10時	「胃がん・大腸がん」検診セット1,100円 「胃がん」のみ 700円 「大腸がん」のみ 600円
9月26日(月)			※ただし、次の方は〔 〕内のものを持参すると無料になります。
10月24日(月)			●70歳以上の方〔健康保険証など年齢を確認できるもの〕●特定の障がいのある65～69歳の方〔老人保健法医療受給者証〕●生活保護世帯の方〔生活保護受給証明書〕●市民税非課税世帯の方〔市民税課税証明書〕

▶申込方法 白石保健センターに電話または直接窓口でお申し込みください。なお、検診を申し込まれた方には、受診の1週間前に受診票と大腸がん検診採用器具セットをお送りします。

【詳細】市コールセンター ☎222-4894  
区地域保健課(白石保健センター)  
(本郷通3丁目北1-2) ☎862-1881

### ヘルスアップ体験教室

楽しく運動しながら、ヘルスアップしませんか。

▶日時・内容

日程	内容	
	講話	運動
8月23日(火)	みんなで考えよう 健康のこと!	ストレッチ
9月9日(金)	みんなで考えよう 食事のこと!	筋力トレーニング
9月27日(火)	みんなで考えよう 歯のこと!	リズム体操

※時間はいずれも午後1時30分～3時30分

▶会場 白石保健センター2階講堂  
(本郷通3丁目北1-2)。

▶対象 区内にお住まいの40歳以上の方。

▶定員 30人。

▶参加費 無料。

▶申込方法 8月11日(木)から白石保健センターに電話でお申し込みください。

【詳細】市コールセンター ☎222-4894  
区地域保健課(白石保健センター)  
☎862-1881