

# (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〕 保健センター健康・子ども課  
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221 FAX511-8499

## 【ウォーキングマップスタンプラリー】

中央区健康づくり元気会と共同で作製したウォーキングマップを使ったスタンプラリーを実施します。50km達成を目指してご参加ください。

◆内容 ①ウォーキングマップとスタンプ帳を入手する。②No.A～Sの好きなコースを歩いて、コースにあるまちづくりセンターに行きスタンプを押す。③合計50kmになったら、保健センターで記念品をもらえます。

◆日時 8月1日(火)～来年3月末。

◆対象 区内在住の方。

◆定員・費用 記念品は先着200名・無料。

◆その他 ウォーキングマップ及びスタンプ帳は、7月20日(木)から中央保健センター・中央区役所広聴係・区内各まちづくりセンターで配布します。

## 【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、下表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) ※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。	火(第1～3週)	午前8時45分～10時
乳幼児健診(10カ月児、再来)	木(第1～3週)	
1歳6カ月児健診	水(奇数月:第1・2週 偶数月:第1～3週)	午後1時～2時
3歳児健診	月(奇数月:第1・2週 偶数月:第1～3週)	
乳幼児精神発達相談(予約制)	木(第1～4週)	午後1時30分～3時30分
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

	〈実施曜日〉	〈受付時間〉
胃がん・大腸がん検診(予約制)	金(第2週)	午前8時45分～10時
歯科相談	水(第1・3週)	午後1時～2時
妊婦歯科健診		
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) (無料で検査できます)	水(第2・4週)	午後1時～2時
C型肝炎ウイルス検査(予約制)		
エイズ検査・相談(予約制) (匿名・無料で検査できます)		

## 【区民健康講座「10代の性を考える」】

札幌市は全国に比べて、10代の性感染症罹患率、人工妊娠中絶率が非常に高くなっています。その現状を知り性感染症、望まない妊娠を防ぐために何ができるかを一緒に考えませんか。

◆内容 講演「今増え続ける性感染症と10代の妊娠～その予防と防止～」(講師:吉尾 弘医師～医療法人社団産婦人科吉尾医院院長)。

◆日時 7月27日(木)午後1時40分～2時40分。

◆会場 中央保健センター(南3西11)2階講堂。

◆対象 区内在住の方。

◆定員・費用 50人・無料。

◆申込 不要。当日、直接会場へお越しください。

## 【地区健康相談のご案内】

◆内容・対象・費用 下表の通り。

◎「地区健康相談」と医療機関で実施する「すこやか健診」は、どちらか一方を年度に1回受診できます。

	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	全員の方に3週間程度で封書によりお知らせします
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	
肝炎ウイルス検診	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 C型肝炎検査のみ B型肝炎検査のみ	400円 350円 100円	

※65歳以上の方には問診票(生活機能自己チェックリスト)を記入いただき、医師による口腔内の視診や関節の触診などを実施します。

★肝炎ウイルス検診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又は妊娠・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。

※今までに肝炎ウイルス検査や肝炎の治療を受けたことのある方は、検査を必要としない場合があります。

◆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(年齢を確認できるものをお持ちください)。
- ・特定の障がいがある65歳から69歳の方(老人保健法医療受給者証をお持ちください)。
- ・生活保護世帯に属する方(生活保護受給証明書をお持ちください)。
- ・市民税非課税世帯に属する方(市民税課税証明書をお持ちください)。

◆日時・会場 下表の通り。

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご参加ください。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)
7月31日(月)	午前9時～11時	曙会館(南11西10)
	午後1時30分～3時	札幌静修高等学校(南16西6)