

健康フェアを開催します

10月16日(火)開催



今年も健康フェアを開催します。この機会に家族皆さんで健康について考えてみませんか。

- ◆内容 下表のとおり
- ◆日時 10月16日(火) 午前10時～午後3時(それぞれのイベントにより開催時間が異なります。)
- ◆会場 区役所2～3階の各会場(それぞれのイベントにより会場が異なります。)
- ◆申込方法 当日、直接会場にお越しください(費用は無料)。

イベント名	内 容	開催時間	会 場
(1)親子体操(※)	親子で遊びながらできる体操やストレッチ ①0歳児とその家族(定員30組) ②1～3歳児とその家族(定員25組) ※予約制(先着順)のため、事前に健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線525～527)へお申し込みください。	①午前10時～10時50分 ②午前11時10分～正午	3階健康増進フロア
(2)健康づくり講演会	詳細については、本誌「区民のページ」5ページの『市民健康教育のお知らせ』をご覧ください。		
(3)歯科ドック	お口の健康チェック(虫歯菌・歯周病チェック、咬合力・口臭測定)、歯科医師による相談コーナー	正午～午後2時	2階計測室
(4)体力測定	各種測定(血圧、身長、体重、体脂肪、肺活量、握力、立位体前屈、閉眼片足立ち、垂直跳び)	午前10時～午後2時	3階大会議室
(5)絵本と手作りおもちゃコーナー	絵本の読み聞かせ、手作りおもちゃ製作、遊具の展示、遊具遊び	午前10時～午後3時 ※(7)の試食のみ、 なくなり次第終了	3階3C会議室
(6)相談コーナー	薬剤師、栄養士、保健師による健康相談コーナー		2階計測室
(7)食生活改善展	身近な野菜を使った料理紹介、試食(午前11時～)		2階保健センター講堂
(8)きのこ展	きのこの実物展示、きのこ関連パネル展示、きのこ鑑定相談(可能な範囲で)	2階保健センター会議室	2階健診フロア、3階廊下、3階大会議室
(9)各種パネル展	禁煙、がん、エイズ、結核や各種案内(保育園、母子・婦人相談、家庭児童相談)などのパネル展		

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線520)

両親教室のお知らせ

新しい家族を迎えるための、心の準備や親の役割について学ぶ両親教室を開催します。

内容	ビデオ(お父さんへ～赤ちゃんからのメッセージ)、育児実習(赤ちゃんの抱き方・お風呂の入れ方)、お父さんの妊娠疑似体験実習
日時	10月26日(金) 午後6時30分～8時30分 (午後6時受け付け開始)
会場	区役所2階保健センター講堂
対象	区内にお住まいの、出産予定日が平成19年12月～平成20年3月の初妊婦とその夫。
申込方法	土、日曜日を除く10月15日(月)～24日(水)に電話でお申し込みください(費用は無料)。

申込先・詳細:健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線523)

市民健康教育のお知らせ

テーマ	～健康は足元から～ 「知っておきたい薬の話」 「あしの健康」について 市内でも数少ない「足の間違いの多い薬の飲み方の専門医」として活躍されている医師のお話です。
講師	特定医療法人蘭友会 札幌里塚病院 整形外科診療部長 鶴田 文男(ときた ふみお)氏 パルス薬局清田店 薬局長 菅原 広樹(すがわら ひろき)氏
日時	10月16日(火) 午前10時30分～11時30分 11月9日(金) 午後1時30分～2時30分
会場	区役所2階2A会議室 区役所2階保健センター講堂
申込方法	当日、直接会場にお越しください(費用は無料)。

詳細:健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線525)

胃・大腸がん検診

検診日の1週間前までに電話で予約の上、お越しください。

日時	11月14日(水) 午前8時45分～10時(受け付け)
会場	区役所2階保健センター
対象	40歳以上の方
検診料	①胃・大腸がん検診セット ⇒1,100円 ②胃がん検診のみ ⇒700円 ③大腸がん検診のみ ⇒600円
その他	70歳以上の方、老人保健法医療受給者、生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は検診料が無料になります。 詳しくはお申し込みの際にお問い合わせください。

申込先・詳細:健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線523)

課健やか推進係 ☎889-2400(内線524)

申込先・詳細 健康・子ども

◆定員 20人(先着順)。

◆申込方法 10月11日(木)から電話でお申し込みください(土、日曜日を除く)。

◆会場 区役所2階保健センター講堂。

◆受付付け開始)。

◆日時 10月30日(火)午後1時30分～3時(午後1時15分

健康チェック、歯磨き実習)。

◆内容 ミニ講話、歯ぐきの

大人のための

歯磨き教室

課健やか推進係

☎889-2400(内線525、526)

健康・子ども

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。

◆持ち物 水分補給用飲料、汗ふき用タオル。

◆服装 歩きやすい服装と靴 ※ハチ対策に、白っぽい服装(帽子・長袖)でお越しください。

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。

◆持ち物 水分補給用飲料、汗ふき用タオル。

◆服装 歩きやすい服装と靴 ※ハチ対策に、白っぽい服装(帽子・長袖)でお越しください。

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。

◆持ち物 水分補給用飲料、汗ふき用タオル。

◆服装 歩きやすい服装と靴 ※ハチ対策に、白っぽい服装(帽子・長袖)でお越しください。

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。

◆持ち物 水分補給用飲料、汗ふき用タオル。

◆服装 歩きやすい服装と靴 ※ハチ対策に、白っぽい服装(帽子・長袖)でお越しください。

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。

◆持ち物 水分補給用飲料、汗ふき用タオル。

◆服装 歩きやすい服装と靴 ※ハチ対策に、白っぽい服装(帽子・長袖)でお越しください。

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。

◆持ち物 水分補給用飲料、汗ふき用タオル。

◆服装 歩きやすい服装と靴 ※ハチ対策に、白っぽい服装(帽子・長袖)でお越しください。

◆申込方法 土・日曜、祝日を除く10月3日(水)～12日(金)までに、電話または直接窓口でお申し込みください。

◆定員 80人(先着順)。