



※施設の所在地、電話番号は、白石5ページの「白石区の主な施設」をご覧ください。

白石保健センターから

市コールセンター ☎222-4894
区健康・子ども課 ☎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、40歳以上の方（職場で受診できる方を除きます）を対象に、胃がん・大腸がん検診を行っています。進んで受診しましょう

申込方法

検診日の10日前までに、区健康・子ども課に電話または直接窓口で申し込み【予約制】

※大腸がん検診を申し込まれた方には、検診日の1週間前までに、受診票および採用具（胃がん検診の場合は受診票のみ）をお送りします

日程	受付会場	受付時間	受診料金
11月26日(月)	白石保健センター	午前8時45分～10時	胃・大腸（両方） 1,100円 胃のみ 700円 大腸のみ 600円
11月28日(水)			
11月29日(木)			
12月26日(水)			

※下記に該当する方は、〔 〕内の証明書をお持ちになると受診料金が無料になります

- 70歳以上の方〔健康保険証など年齢を確認できるもの〕 ●65～69歳で老人保健法医療の対象となっている方〔老人保健法医療受給者証〕 ●65歳以上で介護保険料の算定基準が第1～3段階の方〔介護保険料納入通知書〕
- 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〕

白石区体育館から

詳細 白石区体育館 ☎861-4014

白石区体育館スポーツ講習会（平成19年度 第4期 来年1月開講）

【申込方法】12月3日(月)～7日(金)午前9時～午後5時に電話か直接窓口で申し込み。申し込み多数の場合は抽選

対象	種目名	対象	種目名	対象	種目名	対象	種目名
16歳以上の健康な方	テニス初心者A・B	16歳以上の健康な方	やさしいクラシックバレエ	5歳児～未就学児	幼児フットサル	小学1・2年生	キッズテニス（スポンジボール使用）
	テニス初級A・B		クラシックバレエ		小学1・2年生		ジュニアフットサル
	テニス中級A・B		健美操	2・3歳児と保護者		親子体操	小学3～6年生
	テニス中級A・B・C		やさしいピラティス		4歳児	キッズわんぱくジムA	
	テニス中上級		ピラティスA・B	5歳児		キッズわんぱくジムB	
	テニス上級A・B		ヨガA・B・C		小学1・2年生	ジュニア体操A・B（鉄棒・マット・跳び箱）	
	テニス上級（レディースゲーム形式）		リズムボクササイズ	5歳児～未就学児		ジュニアクラシックバレエA	
	卓球初心者		バレエストレッチ		小学1～6年生	ジュニアクラシックバレエB	
	卓球初級		太極拳入門	キッズあそびクス			
	卓球中級		ソフトエアロピクスA・B				
卓球中上級	エアロピクス						
バスケットボール	ビューティーストレッチ						

開催日時や受講料、持ち物などの詳細については、白石区体育館までお問い合わせください

タウントークin白石区～あなたの街で市長と語ろう！

まちづくりなど、市政について上田市長とお話しませんか？

「出会い、ふれあい、わかりあい～つながる『あい（I）』で広がるまちのネットワーク」をテーマに地域で活動されている方々のお話を伺いながら、市長や参加者の皆さんとともに意見交換を行います。また、後半には、市政全般について、市長との自由な意見交換を行いますので、ぜひ、ご来場ください

開催日時 11月15日(木)午後6時～8時

開催場所 区民センター3階「区民ホール」

活動発表テーマ 「まちづくり協議会と中学生の連携」

「もっと広げたい地域の茶の間」

「白石区から始めよう！国際交流」

※事前申し込み不要です。直接会場へお越しください

※当日は、手話通訳を行います



▲昨年のタウントークの様子

詳細 区総務企画課広聴係 ☎861-2400内線225