



保健センターから

■申込・詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

●胃がん・大腸がん検診（予約制）

- 日時：①1月25日(金)、②2月10日(日)。いずれも午前9時～正午（受け付けは午前10時まで）
 - 会場：北保健センター
 - 対象：区内にお住まいで、検診を受ける機会のない40歳以上の方
 - 費用：胃・大腸がん検診セット1,100円、胃がん検診のみ700円、大腸がん検診のみ600円
- ※次のいずれかに該当する方は費用が免除されますので、証明できる書類をお持ちください

- 70歳以上の方
- 特定の障がいのある65～69歳の方で、老人保健法の医療を受けることができる方
- 生活保護世帯の方
- 65歳以上の方で、介護保険料第1～第3段階に該当する方

- 申込：①1月17日(木)まで、②2月1日(金)まで（受け付けは午前9時～午後5時。予約制。電話申し込み可）
- その他：大腸がん検診希望の方は、検査日の1週間前までに北保健センターへ検査セットを取りにお越しください



●赤ちゃんといっしょ

- 子育てにかかわる心配、悩み事などをお母さん同士や保健師と話し合います。
- 日時：2月6日(水)午後1時30分～3時30分（受け付けは午後1時から）
 - 会場：北区民センター3階児童室
 - 対象：生後1～3カ月の初めてののお子さんとお母さん。参加は1回に限ります
 - 費用：無料
 - 申込：当日、直接会場へお越しください

●父親教室

- 内容：ビデオ「お父さんへ～赤ちゃんからのメッセージ」と実習「赤ちゃんとの接し方・お風呂の入れ方」「妊婦擬似体験」
- 日時：2月16日(土)午前10時～正午（受け付けは午前9時30分から）
- 会場：北保健センター
- 対象：初めてお父さん・お母さんになられる方（妊娠5カ月以上）
- 定員・費用：45組・無料
- 申込：2月4日(月)～15日(金)。電話申し込みのみ。先着順

●北区民健康づくり講演会

- テーマ：「新たな医療制度とメタボリックシンドローム」
- 講師：辻 昌宏氏（北海道医療大学病院病院長）
- 日時：2月1日(金)午後1時30分～3時
- 会場：北保健センター2階講堂
- 費用：無料
- 申込：当日、直接会場へお越しください

●今月のおすすめランチ

- 期間：1月14日(祝)～20日(日)午前11時～午後2時
- 会場：札幌サンプラザレストラン（北24西5）
- メニュー：「七草がゆで健康祈願591Kcal」（海鮮七草がゆ、蒸し鶏の油淋サラダ、ライチプリン、コーヒーかウーロン茶）
- 料金：900円（税込み）

子育て情報



●子育て講座

- グループ懇談会「子育てにホッとひといき」～おしゃべりタイム
- 日時：①2月20日(水)、②2月22日(金)。いずれも午後2時～3時30分
 - 会場：新琴似・新川地区センター（新琴似2-8）
 - 対象：乳幼児を育てている保護者（懇談中はお子さんをお預かりします）
 - 定員・費用：10人・無料
 - 申込・詳細：1月18日(金)から。午前9時～午後5時に健康・子ども課子育て支援係 ☎北区役所内線415（電話申し込み可。先着順）

国民健康保険情報

●国民健康保険料の夜間・休日納付相談

- 保険料の納付が困難で、平日日中の来庁が難しい方は、ぜひご利用ください。
- 夜間：1月22日(火)、24日(木)の午後7時30分まで
 - 休日：1月27日(日)午前10時～午後3時
 - 受付窓口：北区役所1階11番（北側玄関をご利用ください）
 - 必要書類：国民健康保険料納付通知書、印鑑、平成19年中の収入が分かるもの（給与明細など）、納付が困難なことを証明するもの（返済の領収書など）
 - 詳細：保険年金課収納一係・二係 ☎北区役所内線403

広告

※各施設の所在地・電話番号は「きた4ページ」をご覧ください。