

リフォームを安心して 頼むためのセミナー

内容 家屋の修繕、建て替え、リフォームの際に、安心して仕事を頼める仕組みを説明。
日時 8月2日(土)午後1時～3時。
場所 生涯学習センターちえりあ(西区宮の沢1条1丁目)。

定員 80人(多数時抽選。7月31日までに連絡がなければ受講決定)。
申込 7月27日(日)まで電話で申し込み(受け付け時間は午前8時～午後9時)。

申込先・詳細 市コールセンター
☎(22)4894

国保からの お知らせ

◆忘れていません

平成20年度の国民健康保険料の第1期納期限が過ぎていきます。お忘れの方はお早めに納付してください。また、病気が失業などで保険料の納付が困難な方はご相談ください。
夜間相談日 7月15日(火)、17日(木)、22日(火)、24日(木)、29日(火)、31日(木)の午後8時まで。
場所 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

◆口座振替のご利用を

保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。お申し込みは、預金口座のあ

る金融機関、郵便局または区役所保険年金課へ。
詳細 保険年金課収納係
☎(68)2400内線394・395

保健センターから

◆大人のための歯みがき教室 ～歯周病をしっかりと予防～

歯を磨くと血が出たり、口臭が気になっていませんか。効果的な歯みがき方法をマスターしましょう。

内容 歯ブラシ圧測定、唾液による歯周病チェック。

日時 7月24日(木)午後1時30分～3時(午後1時から受け付け)。
場所 保健センター2階講堂。区内在住の方。
対象 区内在住の方。
定員 先着20人。
費用 無料。
申込 7月11日(金)から電話で申し込み。



◆男性の料理教室～料理で楽しく脳のトレーニング～
内容 ①1日目は調理実習、講話「料理の基礎1はじめての家庭料理」。②2日目は調理実習、講話「料理の基礎2自分に合った食べ方とは?」、教室OBとの交流会「料理で広がる地域の輪(和)」。
講師 保健センター管理栄養士。

日時 ①7月24日(木)午前10時～午後1時30分、②31日(木)午前10時～午後1時30分。
場所 区民センター13階料理

実習室(前田1条11丁目)。
対象 区内在住の男性の方。
定員 先着20人。
費用 無料。
申込 7月11日(金)～18日(金)まで電話で申し込み。

申込先・詳細 保健センター
☎(68)1211



保健センターから

☎681-1211

住民集団健康診査のお知らせ

お近くの地区会館などで実施していました「地区健康相談」が「住民集団健康診査」に変わりました。

▼内容・料金

種類	対象	内容・料金
健康診査	特定健康診査 40歳～74歳の市民で国民健康保険に加入の方	問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査等:600円 ※一定の条件に該当する方のみ、心電図検査、眼底検査:各200円、貧血検査:無料
	後期高齢者の健康診査 市民(原則75歳以上)で後期高齢者医療制度に加入の方	問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査等:400円
	生活保護受給世帯の健康診査 生活保護受給証明書を提出することで、上記健診が無料	
胸部X線検査 (肺がん検診)	40歳以上の市民	胸部X線撮影および読影 ・撮影+読影:無料 ・喀痰検査:400円 ※
緊急肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない市民	B型・C型肝炎ウイルス検査:無料
健康相談	15歳～39歳の市民	相談、血圧検査、尿検査:無料

※非課税世帯、生活保護受給世帯、65歳から69歳で後期高齢者医療制度被保険者、70歳以上の方は各種証明書を提出(提示)することで無料です。

▼日時・会場

月日	時間	会場
7月17日(木)	午前9時～11時	前田中央会館(前田8-11)
	午後1時30分～3時	
7月18日(金)	午前9時30分～11時	星置会館(星置3-9)
7月25日(金)	午前9時30分～11時	金山会館(金山2-2)
	午後1時30分～3時	新発寒地区センター(新発寒5-4)
8月5日(火)	午前9時～11時	星置地区センター(星置2-3)
8月7日(木)	午後1時30分～3時	おおぞら町内会館(西宮の沢2-5)

※申込は不要です。上履きを持参し直接会場にお越しください。

▼その他

- ・特定健康診査・後期高齢者の方の健康診査を受診する場合は、事前に郵送される「受診券」と「被保険者証」が必要となります。
- ・医療機関で実施する健康診査では、胸部X線はありませんので、住民集団健康診査をご利用ください(胸部X線検査のみの受診も可)。
- ・医療機関で特定健康診査等を受診した方は、住民集団健康診査で同じ検査を受診することはできません。