



健康フェスタ

日時 10月29日(水)午後1時～3時。
会場 豊平老人福祉センター。
内容 骨密度測定、血管年齢測定、健口講話、健康相談など。
対象 60歳以上の高齢者(初めての方優先)。
定員・費用 40人。無料。
申込 10月14日(火)から、午前9時～午後5時に下記へ電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。
詳細 豊平老人福祉センター ☎811-5201

毒キノコに気をつけて

食中毒を起こさないよう、次の点を守りましょう。
 ◎知らないキノコは、採らない・食べない・人にあげない。
 ◎種類ごとに区別して持ち帰り、調理する前にもう一度確認する。
 ◎思い違いや昔からの誤った言い伝えを信じない。
 ※以下のような言い伝えは全く根拠がありません。
 ×縦に裂けるキノコは食べられる？
 ×虫が食べたキノコは食べられる？
 ×ナスと一緒に食べれば大丈夫？

ポリオワクチン服用を忘れずに

お住まいの地区の該当する日にワクチンを服用してください。その日に服用できない場合は、他の地区の実施日に服用できます。ポリオワクチンを受ける前の注意について、詳しくは、広報さっぽろ9月号全市版23ページをご覧ください。また、豊平区役所ホームページ「区役所からのお知らせ」にも掲載しています。

お住まいの地区	実施日	受付時間	実施会場
西岡・福住	10/7(火)	午後1時30分～3時	保健センター (平岸6条10丁目) ※駐車場は大変混雑します。公共交通機関をご利用ください。
月寒中央通・月寒西・月寒東(1～6丁目)	10/14(火)		
月寒東(7～20丁目)・羊ヶ丘	10/16(木)	午前9時30分～11時	
美園・豊平	10/22(水)	午後1時30分～3時	
平岸(1～10丁目)・中の島	10/24(金)	午前9時30分～11時	
平岸(11～23丁目)・旭町・水車町	10/27(月)		
上記日程で服用できなかった方	10/30(木)	午後1時30分～3時	

詳細 保健センター健康・子ども課保健予防係 内線502・503

住民集団健康診査(予約不要)

これまでの地区健康相談は名前も内容も変わり「住民集団健康診査」になりました。40歳以上の方を対象とした**特定健康診査**は原則有料です。また、受診には、加入している健康保険機関から送られてくる**受診券**と**健康保険証**が必要です。今年以下は以下の日程で終了しますので、未受診の方は、受診をお勧めします。

地区	実施日	受付時間	実施会場	住所
西岡	10/16(木)	午前9時30分～11時	西岡南町内会館	西岡4-14-12-10
美園	10/16(木)	午後1時30分～3時	美園会館(美園まちづくりセンター併設)	美園6-5-4-1
中の島	10/23(木)	午前9時30分～11時	中の島会館(中の島まちづくりセンター併設)	中の島1-4-9-4
東月寒	10/23(木)	午後1時30分～3時	東月寒会館	月寒東2-19-4-11

肝炎ウイルス検査 今年限り年齢を問わず、無料で実施。ただし、すでに肝炎ウイルス検査済み、肝炎を治療中あるいは採血不能の方は除きます。

特定健康診査 40歳以上が対象。※受診券と健康保険証をお持ちください。
 ①**基本項目** 問診・身体計測・血液検査(脂質・血糖・肝機能など)・尿検査・血圧…全員が対象です。※血液検査では、食後10時間以上経過していることが必要ですので、食事を控えて受診してください(少量の飲み水は可)。
 ②**詳細項目** 心電図・眼底検査・貧血検査…一定の条件に該当する方が対象です。※心電図・眼底検査は直近の健診で肥満・血糖値・血圧・コレステロールの4項目すべてが基準外の方、貧血検査は貧血の所見があるか直近の貧血検査値が基準外の方が対象です。直近の検査結果をお持ちください。また、これらの病気で治療中の方は対象外です。

特定健康診査	区分		費用など
	40～74歳	札幌市国保の方	①は600円、②の心電図・眼底検査は各200円、貧血検査は無料です。なお、市民税非課税世帯は①、②とも無料です(受診券の自己負担額に0円と記載されています)。
札幌市国保以外の方		この健診を受診できるのは、結核予防会と特定健康診査契約をしている健康保険に加入している方に限ります。受診が可能であるかについては、加入している健康保険機関にご確認願います。料金は受診券に記載された金額です。	
	75歳以上	①のみ受診ができ400円です。なお、市民税非課税世帯は無料です(受診券の自己負担額に0円と記載されています)。また、糖尿病・高血圧・高脂血症で治療中の方は対象外です。	

※40歳以上で生活保護を受けている方は無料です(受給証明が必要)。

健康相談 40歳未満が対象。血圧測定・尿検査のみ。無料。
X線健診 40歳以上が対象。胸部レントゲン検査です。無料。受診券がなくても受けられます。

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527

