



出張リフォーム教室「布ぞうりづくり」

古布を有効活用して布ぞうりを作ります。
日時 8月5日(水)午前9時30分～正午。
会場 区民センター2階「ライラック」。
対象 区内在住かお勤めの18歳以上の方(高校生を除く)。**定員・費用** 20人。200円。
申込 7月25日(土)までに下記へ電話で。定員を超えた場合は抽選。
詳細 リサイクルプラザ宮の沢 ☎671-4153

豊平歩っ歩(ぼっぼ)の会 花ウオーキング

夏の訪れを告げるショウブを歩いて見に行きませんか。
日時 7月14日(火)午前9時30分集合。雨天中止。
コース 吉田川公園や八紘学園を通る、約6キロメートル。**集合・解散** イトーヨーカドー福住店西側広場(福住2-1)。
対象 区内にお住まいの方。**定員・費用** 100人。無料。
参加方法 当日、直接集合場所にお越しください。
詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線516

住民集団健康診査(予約不要)

11月まで各地区の会館などで実施します。特定健康診査・後期高齢者健康診査は原則有料です。

地区	実施日	受付時間	実施会場	所在地
西岡 福住	7/21(火)・22(水)	午前9時～11時・午後1時30分～3時	西岡福住 地区センター	西岡4-9-1-17
	7/23(木)	午前9時～11時		
月寒	7/23(木)	午後1時30分～3時	月寒東会館	月寒東3-5-6-20
西岡	8/5(水)・6(木)	午前9時～11時	西岡会館	西岡4-5-8-21
豊平	8/5(水)	午後1時30分～3時	豊平会館	豊平6-7-1-12
	8/8(土)	午前9時～11時	旭水会館	水車町6-1-21
南平岸	8/6(木)	午後1時30分～3時	南平岸会館	平岸2-14-1-26

特定健康診査
40～74歳が対象。※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(身長・体重・腹囲)・診察・血液検査(脂質・血糖・肝機能など)・尿検査・血圧測定。※血液検査のため、前日はアルコールを取らず、健診当日は直近の食事をせずに受診してください。水は飲んでもかまいません。
②詳細項目 心電図・眼底検査・貧血検査…下記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腹囲・血糖値・血圧・脂質の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。ただし、これらの病気で治療中の方は対象外です。

費用など	
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。なお、市民税非課税世帯の方は①、②とも無料(受診券の自己負担額に0円と記載)。
札幌市 国保以外 の方	協会けんぽ(旧政府管掌健康保険)加入者の被扶養者と、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は受診可能。受診が可能であるかや自己負担の金額については、加入している健康保険機関にご確認ください。

※生活保護を受けている方は無料(受給証明が必要)。

後期高齢者健康診査
75歳以上が対象。※受診券と後期高齢者保険証をお持ちください。
 特定健康診査の①(腹囲を除く)のみ受診でき400円。なお、市民税非課税世帯の方は無料(受診券の自己負担額に0円と記載)。生活保護を受けている方は無料(受給証明が必要)。
 ※後期高齢者健康診査の通院による受診制限は撤廃されました。

X線健診 40歳以上が対象。胸部レントゲン検査。無料。

健康相談 40歳未満が対象。尿検査・血圧測定のみ。無料。

肝炎ウイルス検査 今年度限り年齢を問わず、無料で受けられます。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。

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527

じどうかいかんだより

平岸 平岸3-9-15-22 8(ば)トロール～地域清掃～ 7月30日(木)午後3時	☎812-2493 (小1～)	西岡 西岡3-6-6-1 みずえさんのへや 7月21日(火)午後3時30分	☎852-8113 (幼児～)
美園 美園6-5-4-1 もってきんしゃい 7月25日(土)午後1時	☎824-5440 (幼児～)	東月寒 月寒東3-16-13-28 スポーツキー～やきゅう～ 7月24日(金)午後2時	☎853-9741 (小学生)
豊平 豊平6-7-1-12 つみ木ひろば 7月24日(金)午後2時	☎811-1376 (小学生・80人・申込)	あやめ野 月寒東4-10-6-10 絵本と紙芝居の時間 7月21日(火)午後5時	☎857-5862 (幼児～)
中の島 中の島2-3-8-1 あそびの広場～親子の体育あそび～ 7月14日(火)午前10時30分(2歳以上の幼児と保護者・10組・申込・参加料)	☎811-5215	月寒 月寒西1-6-3-21 ムーンくんのおはなしタイム 7月22日(水)午後3時	☎851-6433 (幼児～)
天神山 平岸1-19-2-55 えほんのもり～絵本の読み聞かせ～ 7月17日(金)午後3時30分	☎816-0388 (幼児～・申込)	西岡高台 西岡4-11-4-22 クレリア～読み聞かせ～ 7月13日(月)午後3時	☎581-5394 (小1～)
福住 福住1-1-5-5 「たけとんぼ」～おてだま、たけがえしであそぼう～ 7月16日(木)午後3時45分	☎855-0350 (小1～)	※幼児は保護者と一緒に参加してください。 ※()内の「申込」は事前の申し込みが、「参加料」は参加費用が必要です。詳細は各会館へ。	