

住民集団健康診査のご案内

日時・場所

《詳細》保健センター ☎681-1211

月日	時間	場所
7/14(水)	午前9時～正午	前田中央会館 (前田8-11)
	午後1時30分～2時30分	
7/15(木)	午前9時～11時	前田中央会館 (前田8-11)
7/23(金)	午後1時30分～3時	新発寒地区センター (新発寒5-4)
7/29(木)	午前9時30分～11時	星置会館 (星置3-9)
	午後1時30分～3時	金山会館 (金山2-2)
8/3(火)	午前9時～11時	星置地区センター (星置2-3)
	午後1時30分～3時	おおぞら町内会館 (西宮の沢2-5)

種類・対象・費用

種類	対象	費用
健康診査	40～74歳で国民健康保険にご加入の市民	受診券に記載の自己負担額
	後期高齢者医療制度にご加入の市民	
	生活保護世帯、支援給付世帯で40歳以上の市民	無料
胸部X線検査 (肺がん検診)	40歳以上の市民	無料 <small>（喀痰検査を行った場合は400円※）</small>
緊急肝炎ウイルス検査	肝炎ウイルス検査を受けたことがない市民	無料（平成23年3月31日まで）

※非課税世帯、生活保護受給世帯、支援給付世帯、65～69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示することで無料です。

- 健康診査受診時には、事前に郵送されている「受診券」と「健康保険証（生活保護世帯の方は生活保護受給証明書、支援給付世帯の方は本人確認書）」を必ず持参してください。
- 健康診査は、年1回、指定医療機関または住民集団健康診査のどちらかのみ受診できます。
- 胸部X線検査は、指定医療機関では実施していませんので、住民集団健康診査をご利用ください。
- 申し込みは不要です。上履きを持参して当日、直接会場へお越しください。

星観緑地から

◆夏の花と自然観察会

草花や木を観察しながら夏の星観緑地を散策しましょう。
日時 7月25日(日)午前10時～正午（小雨決行）。
集合 星観緑地休憩所（手稲星置20番地）。
定員 20人。
費用 無料。
申込 7月24日(土)までに電話

で申し込み。
（申込先・詳細）ほしみパークプロジェクト（市川造園）
☎(783)5411

国保からのお知らせ

平成22年度国民健康保険料の第1期納付期限が過ぎていきます。お忘れの方は早め納付してください。
また、病気や失業などで保険料の納付が困難な方はご相談ください。

談ください。
夜間相談日 7月27日(火)、29日(木)の午後8時まで。
場所 区役所2階②番窓口。
（詳細）保険年金課収納係
☎(681)2400内線394・395

手稲コミュニティセンターから

◆ダンスの集い
日時 7月20日(火)午後2時～4時。
場所 同センター1階ホール。

費用 300円（当日納入）。
持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。
申込 当日、直接会場へお越しください。

ラジオ体操deストレッチ

ラジオ体操やりズム体操を行います。
日時 7月25日(日)午前10時～正午。
場所 ①同センター1階ホール、②手稲郵便局講堂（前田7条11丁目）。

対象 区内在住の方。
費用 無料（参加賞と飲み物付き）。
申込 運動着姿で運動靴を持参して当日、直接どちらかの会場へお越しください。

（詳細）手稲コミュニティセンター1（手稲本町3条1丁目）
☎(681)2133

保健センターから

◆大人のための「歯みがき教室」



日時 7月23日(金)午後1時30分～3時。
場所 同センター2階講堂。

対象 区内在住の方。
定員 先着20人。
費用 無料。
申込 7月12日(月)から電話で

申し込み。
◆「地産地消による北海道型食生活」料理教室「子どもが作る！ラクラクごはん」
日時 7月27日(火)午前10時～午後1時。
場所 区民センター3階料理実習室。

対象 区内にお住まいの小学生と保護者。
定員 先着12組。
費用 無料。
申込 7月12日(月)午前8時45分から電話で申し込み。

◆野菜食べチャオ！パネル展
野菜・食育に関するパネルの展示、レシビなどの配布。
日時 7月31日(土)～8月6日(金)。
場所 JR手稲駅自由通路「あいくる」（手稲本町1条4丁目）。

◆両親教室
赤ちゃんの入浴練習やお父さんの妊婦体験を行います。
日時 8月20日(金)午後6時30分～8時30分。
場所 同センター2階講堂。
対象 初妊婦とその夫。
定員 先着30組。
費用 無料。
持ち物 母子健康手帳、テキスト『わが家に赤ちゃんがやってくる』。
申込 8月9日(月)から電話で申し込み。
（申込先・詳細）保健センター（前田1条11丁目） ☎(681)1211