

■住民集団健康診査

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

種類	内容	対象	費用
特定健康診査	問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査、貧血検査※、心電図検査※、眼底検査※ ※の検査は、医師が必要と認める場合に実施します。	札幌市国民健康保険に加入されている方で、今年度40歳になる方から75歳未満の方	受診券に記載の金額 ※生活保護世帯、支援給付世帯は無料。ただし、証明書が必要。
後期高齢者健康診査	問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査	札幌市民で後期高齢者医療制度に加入されている方	
※受診するには、「受診券」と「被保険者証」が必要です。 (札幌市国民健康保険以外の方は、加入されている健康保険へお問い合わせください。)			
肺がん検診	胸部X線検査	札幌市民で職場などで受診する機会のない40歳以上の方	無料 ※喀痰検査は400円。
緊急肝炎ウイルス検査	B型・C型ウイルス検査	札幌市民で過去に検査を受けていない方(年齢制限無し)	無料 (平成23年3月31日まで)
※特定健康診査・後期高齢者健康診査では、肺がん検診を実施していませんが、住民集団健康診査で、肺がん検診のみの受診も可能です。			

<日程・会場> ※当日、直接会場へ(できるだけ空腹の状態でお越しください)。

日程	受付時間	実施会場
8月26日(木)	午前9時～11時	簾舞地区会館 (簾舞3条6丁目8-25)
	午後1時30分～2時30分	石山丘晴会館 (石山1条9丁目5-1)
9月8日(水)	午前9時～11時	もいわ地区センター (川沿8条2丁目4-15)
	午後1時30分～3時	南沢福祉会館 (南沢1822番地)

■バーベキューによる食中毒を防ぐために!

バーベキューや焼き肉をする機会が増える季節です。食中毒を起こさないように、次のことに十分注意しましょう。

- レバーやホルモンなどの内臓肉や食肉を調理するときは中心部まで十分に加熱しましょう。
- 生肉を取る「はし」と、食べる「はし」を分けましょう。

- 生肉や肉汁に触ったら手をよく洗いましょう。
- 生肉を扱った「トング」や「はし」などをサラダや生で食べるものの調理に使わないようにしましょう。

※特に子どもや高齢者は食中毒により重症になることがあります。周りの方が気を配りましょう。

詳細 健康・子ども課生活衛生担当 ☎581-5213

■カロリー計算の達人教室
 体重が気になる方や生活習慣病を予防したい方、カロリー計算を学びませんか?
 ▽講話「バランスのよい食事で肥満予防」。
 ▽演習「計算しましょう、食べ物のカロリー」。
日時 9月8日(水)、10日(金)。午後1時30分～3時30分。
会場 南保健センター。
対象 区内にお住まいで、全

日程出席可能な方。
定員・費用 20人。無料。
申込方法 8月11日(水)から電話で左記へ(先着順)。
申込・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211
子育て講座(テーマ別)
テーマ 乳幼児の応急手当(いざというときあわてないために)
日時 8月26日(木)午前10時～11時30分。

会場 南保健センター。
対象 0歳から就学前のお子さん(育児中)を育てている保護者(託児あり)。
定員 20人。
費用 無料。
申込方法 8月12日(木)から電話で左記へ(先着順)。
 ※この講座は、多くの方に参加していただくため、年一回の受講でお願いします。
申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎(588)5411

■「南区子育て支援マップ」を無料配布中!



南区を3つのブロックに分けて、就学前のおさんが親子で遊びに行ける子育てサロンなどを紹介しています。

配布場所 南保健センター、南区役所。

詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎588-5411

