

西区からのお知らせ

住民集団健康診査

～生活習慣病などの予防のために健診を受けましょう～

●内容(対象者)

- ① 特定健康診査(年度内に40歳以上の国民健康保険に加入の市民)
 - ② 後期高齢者健康診査(後期高齢者医療制度に加入の市民)
 - ③ 胸部X線検査(健診日に40歳以上の市民)
 - ④ 肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない市民)
- ※①②は、健康診査の受診券と健康保険証を必ず持参。前年度の健診結果をお持ちの方は持参。ほかの健康保険に加入の方の受診の可否は、保険証に記載されている保険者にお問い合わせください。③は年齢を確認できるものを持参。
※健診内容の詳細、費用、生活保護・支援給付世帯の方はお問い合わせください。

●日時・会場 ※8月11日以降の日時・会場は来月号以降に掲載します。

月日	受付時間	会場
7月29日(金)	午前10時～11時	八軒北小学校(八軒8西6)
	午後1時30分～3時	山の手南小学校(山の手1-9)
8月8日(月)	午前9時30分～11時	八軒中央会館(八軒6西2)
	午後1時30分～3時	西区民センター(琴似2-7)

【詳細】 西保健センター TEL 621-4241

生とその保護者。各日とも12組。費用 500円(一組)。持ち物 エプロン、バンダナ(髪を覆うもの)、手拭き用タオル2枚、筆記用具。申込 7月11日(月)～15日(金)に電話で。先着順。申込先 西保健センターTEL(621)4241

▽大人のための健康講座
内容 医師による講話「循環器の話」病気になるっても元気に長生きするために。日時 7月26日(火)午後1時30分～3時30分。会場 西保健センター2階。対象 西区在住の方。費用・申込 無料。7月11日

(月)～22日(金)に電話で。申込先 市コールセンターTEL(222)4894
【詳細】 西保健センターTEL(621)4241

西野地区健康講座
内容 保健師による講話「転ばん生活始めよう!」、生活改善推進員協議会による活動紹介と試食。日時 7月14日(木)午前10時～正午。会場 昭和会館(西野6-3)。対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。費用・申込 無料。不要。

地域と連携する事業 「サマーカーニバル」

内容 水遊び、シャボン玉、ミニ子育てサロン、ゲームほか。
日時・会場 下表の通り。
費用・申込 無料。不要。直接会場へ。
持ち物 帽子、着替え、タオル、飲み物、敷物など。
その他 就学前の子どもは保護者同伴で、小学生は保護者の同意を得て参加してください。

月日	会場	雨天時会場
8月2日(火)	発寒西公園(発寒8-13)	西小学校体育館(発寒7-13)
8月3日(水)	西野グリーン公園(西野3-3)	手稲東小学校体育館(西野4-3)

※時間はいずれも午前10時～11時30分(水遊びのみ午前11時で終了)。
※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

【詳細】 西区健康・子ども課子育て支援係 TEL 641-2400 内線 484

【詳細】 西野まちづくりセンターTEL(663)0360

西健康づくりセンターから
▽夏休み!親子クッキング
内容 「食育」をテーマにした調理実習、講話。日時 7月31日(日)午前10時30分～午後1時。対象 小学生と保護者。定員・費用 10組。千600円(一組)。申込 7月20日(水)までに直接来館または電話、Eメールで。多数時抽選。



▽男のナイトフィットネス
内容 肥満予防、体力の維持・増進を目的としたプログラム。日時 8月20日～9月10日の土曜。午後7時10分～8時10分。全4回。
対象 18歳以上の男性の方。
定員・費用 35人。2千100円。
申込 8月9日(火)までに直接来館または電話、Eメールで。多数時抽選。
【申込先・詳細】 西健康づくりセンターTEL(618)8700、Eメール west-school@shsf.jp

子育てボランティア講習会
内容 子育て中の親子と遊ん

だりしながら地域で子育て家庭を支えるボランティア活動のための講習会。
日時・会場 左表の通り。全3回。
対象 子どもやボランティア活動に関心のある方。

■子育てボランティア講習会

	月日	時間	会場
1回目	8月31日(水)	午後1時30分～3時30分	西保健センター2階
2回目	9月1日(木)		
3回目	9月5日(月)～16日(金)の間に1回、区内の「子育てサロン」などで実習をします(午前10時～正午)。		

山の手図書館から

定員・費用 15人程度。無料。
申込 7月19日(火)午前9時から電話で。先着順。
【申込先・詳細】 西区健康・子ども課子育て支援係TEL(641)2400内線484

▽七夕まつり
日時・内容 8月2日(火)午後3時～3時30分。七夕まつりと絵本の読み聞かせ。
▽絵本の読み聞かせ会
日時 7月12日、19日、26日の火曜。いずれも午後3時～