



ポリオ（小児まひ）ワクチンの服用《無料》
 詳細は本誌24ページをご覧ください

月日	実施時間	会場
10月3日(月)	午前9時30分～10時30分	北区民センター (北25西6)
10月6日(木)	午後1時30分～2時30分	
10月7日(金)	午後2時～3時	拓北・あいの里 地区センター (あいの里1-6)
10月14日(金)	午後1時30分～2時30分	北区民センター (北25西6)
10月17日(月)	午前9時30分～10時30分	
10月19日(水)	午後1時30分～2時30分	
10月21日(金)	午後2時～3時	篠路コミュニティ センター(篠路3-8)

1歳を過ぎたお子さんは、ポリオよりもMRワクチン第1期を優先して接種してください。

- 申込 当日、直接会場へ(公共交通機関をご利用ください)
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

胃がん・大腸がん検診（予約制）

①10月16日(日) ②10月28日(金) 受付時間 午前9時～10時
 北保健センター

《胃がん700円/大腸がん400円》両方の受診可

- 対象・定員 区内にお住まいで、検診を受ける機会のない40歳以上の方、先着60人
- 70歳以上の方、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護世帯の方、市・道民税非課税世帯に属する方は費用が免除されますので、保険証や生活保護受給証明書、課税証明書などの証明できる書類をお持ちください
- 検査日の1週間前までに、北保健センターに検査セットを取りにお越しください
- 申込・詳細 9月12日(月)から①10月7日(金)まで②10月21日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

北区食改善展 ～食べてすこやか元気なからだ～

9月29日(木)、30日(金) 午前11時～午後3時
 北区民センター1階ロビー 《無料》

- 内容 バランスのよい食生活を紹介するパネル展
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター



住民集団健康診査

種類	対象	費用
健康診査	40～74歳の札幌市国民健康保険に加入の方	受診券に記載の自己負担額
	後期高齢者医療制度に加入の方	
	生活保護世帯で40歳以上の方	無料
支援給付世帯で40歳以上の方		
肺がん検診	40歳以上の方	無料(喀痰検査を行った場合は400円)
緊急肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	無料

- 健康診査受診時には、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証)を必ず持参してください
- 健康診査以外の検診は、受診券は不要です。氏名、年齢、住所が確認できるものを持参してください
- 当日、直接会場へお越しください

月日	実施時間	会場
9月15日(木)	午前9時～11時	十軒会館(篠路町上篠路312)
9月16日(金)	午前9時～11時	拓北・あいの里地区センター(あいの里1-6)
	午後1時30分～3時	篠路こまどり会館(篠路7-4)
9月21日(水)	午前9時30分～11時	第四太平会館(太平9-7)
	午後1時30分～3時	横新道会館(篠路2-6)
9月27日(火)	午前9時30分～11時	新琴似西会館(新琴似3-8)
	午後1時30分～3時	篠路会館(篠路4-7)
10月5日(水)	午前9時30分～11時	烈々布会館(百合が原11)
	午後1時30分～2時30分	屯田団地会館(屯田3-4)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

北保健センターのヘルシーメニュー

◎ヘルシーランチ

北区役所食堂(北24西6)《500円(税込み)》

月日	時間	メニュー
9月22日(木)	午前11時15分～(限定30食)	ご飯、鶏肉の彩り野菜炒め、ブロッコリーのごまあえ、白菜とキクラゲのスープ(野菜使用量180g、エネルギー605Kcal)

◎おすすめランチ

9月12日(月)～18日(日) 午前11時～午後2時

札幌サンプラザレストラン(北24西5)《900円(税込み)》

- メニュー サンマとキノコのチーズ焼き、鶏ムネ肉のサラダ、揚げナスとブロッコリーのホワイトソース、ご飯、スープ、コーヒーかウーロン茶(野菜使用量172g、エネルギー659Kcal)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

広告

区役所からのお知らせ

北保健センターから

子育て情報

国民健康保険情報

土木センターから

北部分市税事務所から

北消防署から

社会福祉協議会から

その他のお知らせ

区内各施設の講座など