申し込み時の必要事項

① 行事名（希望する日時・曜日・会場・コースなども）　② 住所（郵便番号も）　③ 氏名（ふりがな）　④ 年齢
⑤ 電話番号（ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも）　⑥ 学校名・学年（児童・生徒のみ）
⑦ 返信先（往復はがきの場合）　※申し込みは1人（1組）1通です

知的障がいのある方や高齢者向けごみ分けガイドを配布

ごみの分別方法をイラストと大きな文字で分かりやすく説明しています。

配布開始日 10月1日(月)。

配布場所 区役所、まちづくりセンターなど。

問 環境事業部業務課☎(211)2916

健康

自分の病気と薬を知る相談会

内 主治医以外の医師から意見を聞く相談会。

日 10月21日(日)10時～12時。

所 WEST19（中央区大通西19）。

対 精神科で治療を受けている方30人。

申 10月11日(木)から精神障害者回復者クラブ連合会（すみれ会内）☎(756)6430へ。先着

問 精神保健福祉センター☎(622)0556

高齢者向けインフルエンザ予防接種

日 10月1日(月)～12月31日(月)。

所 市内の委託医療機関。

対 65歳以上の方か、60歳～64歳で心臓、腎臓、呼吸器機能、HIVウイルスによる免疫機能に障がい（障害等級1級またはそれに準じる）がある方。

¥ 千円。世帯全員が市民税非課税の方、生活保護受給世帯の方、東日本大震災で被災された方は証明書の持参で無料。

問 市コールセンター☎(222)4894、HP

がん予防学級

内 がんの最新知識と予防。

日 11月8日(木)・15日(木)13時50分～16時。全2回。

所 北海道対がん協会。

定 60人。

申 はがき、☎、FAX、E。上欄必要事項を記入し、10月26日(金)（必着）までに北海道対がん協会（〒065-0026東区北26東14、☎(748)5511、FAX(748)5512、Eoffice@hokkaido-taigan.jp）へ。抽選

問 健康企画課☎(622)5151

市民のためのがん相談

内 医師が無料で面談。要予約。

所 北海道医師会館（中央区大通西6）。

申 随時、札幌がんセミナー☎(222)1506へ。

問 健康企画課☎(622)5151

うつ病に関するシンポジウム

内 高齢者のうつに関する知識と対応。

日 11月4日(日)13時～15時。

所 WEST19（中央区大通西19）。

定 250人。

申 ☎、FAX、E。上欄必要事項と手話通訳希望の有無を記入し、10月11日(木)から。先着

申込先 問 市コールセンター（1ページ）☎(222)4894

精神科医によるうつ病相談会

日 11月4日(日)15時30分～16時30分。

所 WEST19（中央区大通西19）。

定 15人。

申 ☎、FAX、E。上欄必要事項と手話通訳の有無、相談対象者、相談内容を記入し、10月11日(木)から。先着

申込先 問 市コールセンター（1ページ）☎(222)4894

不妊治療との付き合い方

内 不妊専門カウンセラーの講話、交流会。

日 11月9日(金)14時～16時30分。

所 WEST19（中央区大通西19）。

定 20人。

申 ☎、FAX。上欄必要事項を記入し、10月11日(木)から不妊専門相談センター（☎(622)4500、FAX(622)7221）へ。先着

問 健康企画課☎(622)5151

家庭医学講座

内 ひざの痛みに効く運動。講演後、個人相談あり。

日 10月13日(土)13時30分。

所 医師会館（中央区大通西19）。

問 健康企画課☎(622)5151

市民公開シンポジウム

内 心不全の予防や最新の治療。

日 10月27日(土)13時～15時。

所 北海道大学学術交流会館（北区北8西5）。

問 健康企画課☎(622)5151

市立札幌病院市民講座

内 消化器がん、乳がんほか。

日 11月3日(祝)13時～15時。

申 ☎、FAX。上欄必要事項を記入し、11月1日(木)まで。

申込先 問 市立札幌病院医事課（中央区北11西13）☎(726)2211、FAX(726)9508

お口の健口（けんこう）パネル展

日 11月5日(月)～8日(木)。

所 市役所ロビー。

問 健康企画課☎(622)5151

訪問看護スキルアップ講座

内 認知症と環境の関係。

日 11月17日(土)13時30分～15時。

所 市立大学サテライトキャンパス（中央区北4西5アスティ45内）。

対 訪問看護師など50人。

¥ 500円。

申 ☎、FAX、E。上欄必要事項を記入し、10月11日(木)から。先着

申込先 問 市立大学☎(218)7500、FAX(218)7507、Ekoza@acu-h.jp、HP

保険・年金

国民健康保険

＜①簡易書留による保険証送付の受け付け＞

12月から使用する新しい保険証は、11月下旬に普通郵便で送付しますが、希望者には簡易書留で送付しています。新たに希望する方はお申し込みください。

＜②12月から使用する遠隔地証の郵送での受け付け＞

旅行や出張などで、個別の保険証が必要な方に遠隔地証を交付しています。12月から使用する新しい遠隔地証が必要な方は、郵送でも届け出ができますので、お申し込みください。

※①②の申 封書かはがきに住所、世帯主の氏名、電話番号、国民健康保険証の記号番号と、①は「簡易書留希望」、②は「遠隔地証希望」（遠隔地証を