

子育て 掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

【ほのぼのフェスタ】

- ◆内容 いろいろな遊びのコーナーや親子リズム体操を行います。乳幼児対象の栄養相談や冬に向けての健康相談なども行います。
- ◆日時 11月1日(木)10時～11時30分。
- ◆会場 中央区民センター2階区民ホール（南2西10）。
- ※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。
- ◆対象 就学前のお子さんと保護者。
- ◆持ち物 上靴またはスリッパなどの室内履き。
- ◆費用・申込 無料・不要。当日、直接会場へ。
- （詳細） 健康・子ども課子育て支援係
☎511-6399

【みんな元気!!食育体験レストラン】
～地産地消のどさんこ料理教室～

※この「レストラン」は事業名です。

- 地元の食材を使った料理を研究している食のボランティアがおいしいレシピを紹介します。
- ◆内容 調理実習と栄養講話。
 - ◆メニュー 黒千石ご飯、きのこ汁、フライパンで作る簡単秋の蒸し野菜、洋風おから。
 - ◆講師 中央区食生活改善推進員。
 - ◆日時 11月15日(木)10時～13時30分（受け付けは9時45分から）。
 - ◆会場 中央保健センター2階栄養実習室（南3西11）。
 - ◆対象 区内在住の方。
 - ◆定員・費用 20人・無料。
 - ◆持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、手拭き、上履き。
 - ◆申込 10月11日(木)9時から電話で（ファクス不可）。先着順。
 - ※託児はありません。
 - （申込・詳細） 健康・子ども課健やか推進係
☎511-7221



中央区食育マスコット「モリス」

中央保健センターからのお知らせ

(健康guide)

ガイド

【胃がん・大腸がん検診】

保健センターでは毎月1回、予約制で胃がん検診（バリウム検査）と大腸がん検診（便潜血検査）を行っています。

- ◆検診日・受付時間 10月～平成25年3月は、毎月第2木曜日・8時45分～10時。
- ◆会場 中央保健センター1階（南3西11）。
- ◆対象 職場などで検診を受ける機会のない40歳以上の市内在住の方。※検診は年1回で前回検診よりおおむね1年経過で受診可能。
- ◆費用 胃がん検診：700円、大腸がん検診：400円。

ただし、次の方は検診費用が免除されます。各証明書類をご持参ください。

- ①70歳以上の方：健康保険証など年齢を確認できる公的書類。
- ②65～69歳で後期高齢者医療制度にご加入の方：被保険者証。
- ③生活保護世帯の方：生活保護受給証明書。
- ④支援給付世帯の方：本人確認証。
- ⑤市・道民税非課税世帯の方：ア）市・道民税課税証明書（18歳未満を除く世帯員全員分）、イ）介護保険料納入通知書（保険料段階が第1段階・第2段階・第3段階のもの）のいずれか1つ。
- ◆持ち物 健康保険証や運転免許証など氏名・年齢・住所が確認できる公的証明書類、胃・大腸がん検診受診票、採便容器（大腸がん検診を申し込まれた方）、費用免除対象の方は各証明書類。
- ◆申込 それぞれ希望日の10日前までに電話で。
- （申込・詳細） 健康・子ども課健やか推進係
☎511-7221

子どもは大人を見ている。交通ルール・マナーを守り、お手本になるよう努めましょう。