

各種講座のお知らせ

会場・申込先	講座名	曜日	開催日時	定員	受講料 (教材費)	対象・申込方法など
区センター (平岸6-10) ☎812-7181	豊平区のりんごで アップルパイとジャム (全1回)	金	10/26 10時～13時	20人	1,200円	対象 区内在住かお勤めの方。 申込 10/11(木)～19(金)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
月寒公民館 (月寒中央通7) ☎851-0482	応急手当講座 「AEDを学ぼう！」 (全1回)	木	12/20 13時～16時	30人	無 料	対象 区内在住かお勤めの16歳以上の方。 申込 11/1(木)～7(水)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
西岡福住 地区センター (西岡4-9) ☎852-4687	①音楽に合わせて“社交ダンス”を踊ろう！ (全2回・2コース)	火	夜間コース10/16・23 19時～20時30分	各 50人	500円	対象 区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。 申込 ①は10/11(木)～15(月)、②は10/12(金)～18(木)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
	②第7回パソコン講座 ワード入門 (全6回)	土	午後コース10/20・27 13時30分～15時			
東月寒 地区センター (月寒東3-18) ☎853-2011	①親子ビクス&リンパ マッサージ (全1回)	木	10/18 10時30分～11時30分	-	無 料	対象 ①は区内在住の乳幼児と保護者、②は区内在住の方(学生を除く)、③は区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。 申込 ①は10/11(木)～17(水)、②は10/15(月)～23(火)、③は10/22(月)～31(水)の9時～17時に、①、③は電話か直接窓口で、②は窓口のみ。②、③は先着順。
	②ブレンダンの英会話講座 (全6回)	水	10/24～11/28 19時～20時	20人	5,000円 (1,000円)	
	③デジカメ入門 ポストカード作成講座 (全4回)	水・金	11/7～16 10時～12時	15人	2,500円 (1,000円)	

※定員に満たない場合は、引き続き受け付けます。応募者が少ない講座は、中止になることがあります。
※納入された受講料・教材費は、原則としてお返しできません。

住民集団健康診査(予約不要)

各地区の会館などで住民健康診査を実施します。特定健康診査・後期高齢者健康診査は原則有料です。

地区	実施日	受付時間	実施会場	所在地
東月寒	10/11(木)、12(金)	9時～11時	東月寒地区センター	月寒東3-18-5-1
中の島	10/11(木)	13時30分～15時	中の島第三区会館	中の島2-10-5-23
	11/9(金)	13時30分～15時	中の島会館	中の島1-4-9-4
平岸	10/12(金)	13時30分～15時	平岸会館	平岸2-7-2-5
西岡	10/18(木)	9時30分～11時	西岡南町内会館	西岡4-14-12-10
		13時30分～15時	市営住宅西岡集会所	西岡3-2-6-10
西岡・福住	10/30(火)	9時30分～11時	西岡福住地区センター	西岡4-9-1-17
月寒	11/9(金)	9時30分～11時	月寒公民館	月寒中央通7-8-19

種類	対象者・検査項目	費用	持参書類など
特定健康診査	40～74歳が対象。 ①基本項目 問診、身体計測(身長・体重・腹囲)、診察、血液検査(脂質・血糖・肝機能など)、尿検査、血圧測定。②詳細項目 心電図、眼底検査、貧血検査。※②は一定の条件に該当し、さらに医師が必要と認めた方のみ。	・札幌市国保の方 受診券をご確認ください。 ・札幌市国保以外の方 受診の可否や費用はご加入の健康保険機関(保険者)にご確認ください。	・受診券と保険証をお持ちください。生活保護を受けている方は、受給証明書をお持ちください。 ・前日はアルコールを取らず、当日は直近の食事を控えてください。水は飲んでも構いません。
後期高齢者健康診査	75歳以上が対象(特定障がいのある65～74歳を含む)。特定健康診査の①(腹囲を除く)のみ。	受診券をご確認ください。	
X線検査	40歳以上が対象。胸部レントゲン検査。	無料。	・住所、生年月日を確認できる書類をお持ちください。
肝炎ウイルス検査	年齢制限なし。ただし、過去に検査済みの方は対象外。	今年度に限り無料。	

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527

広告



豊平区ホームページ「夢ひろく

花ひろく

とよひろく」

(アドレスは区版表紙右下部でご確認ください)

