

★は5月以降に実施のもの

## ●健康相談、健康教室（料金無料）

詳細：健康支援課 TEL32-6410

名称	日時	会場	内容	その他
市民健康相談	1日(月) 9時30分～11時30分	市役所 2階談話室	体脂肪・血圧測定、保健指導、栄養相談	
市民健康教室	18日(木) 13時～	西町総合福祉会館	阿部内科医院 院長による「ストップ動脈硬化～あなたの血管だいじょうぶ?～」の講演、保健師による健康指導と血圧測定	直接会場へ
40歳からの栄養相談	3日(水) 13時30分～16時30分 24日(水) 9時30分～11時30分	教育・福祉センター	体脂肪・筋肉量・血圧測定、メタボリックシンドロームを予防する食生活のポイント・カロリー計算などの栄養相談(1人45分程度)	前日までに健康支援課へ(申し込み順)

## ●赤ちゃんのための健診・教室（会場＝教育・福祉センター、料金無料）

詳細：健康支援課 TEL32-6411

名称	日時	対象	内容	その他
パパママ教室	21日(日) 10時～12時	妊娠4～7か月の初妊婦とその夫 30組 抽選	もく浴実習、お父さんの妊婦体験(Tシャツ着用)、ビデオ学習	4日(木)、5日(金)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	25日(木) 9時30分～11時30分	25年2月生まれの子と親 定員=40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、母親交流会	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「7か月児」	15日(月)、19日(金) いずれも14時15分～16時	24年9月生まれの子と親、2日間とも出席できる方 定員=30組 申し込み順	15日=赤ちゃんと遊ぶ、発達を考える、母親交流会、19日=離乳食の進め方、歯を守る	
赤ちゃん教室「12か月児」	12日(金) 9時30分～11時	24年4月生まれの子と親 定員=30組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び、母親交流会	
「1歳6か月児」健康診査	9日(火)、10日(水) いずれも9時30分～10時45分受付(9日は13時～14時30分受付もあり)	23年9月生まれの子(2歳未満の未受診児についてご相談ください)	心身の発達状況の確認	対象者に通知
「3歳児」健康診査	10日(水)、11日(木) いずれも13時～14時30分受付(11日は9時30分～10時45分受付もあり)	22年3月生まれの子(4歳未満の未受診児についてご相談ください)		

## ●がん検診

詳細：健康支援課 TEL32-6407・32-6410 保健センター TEL35-0001

実施がん検診	日時	会場	定員	申し込み			
子宮・乳・胃・肺・大腸	26日(金) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時15分～7時45分受付 ※札幌の会場まで無料バスで送迎	北海道対がん協会	50人	1日(月)～12日(金)に健康支援課へ(申し込み順)			
子宮・乳・大腸	★5月19日(日) ①8時～10時 ②12時30分～14時30分	保健センター	子宮=①130人 ②100人 乳=各35人	25日(木)8時45分から健康支援課へ ※大腸がんの申し込みは7日前まで			
乳	11日(木)、18日(木)、25日(木)、★5月2日(木) いずれも14時～14時30分受付		各15人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)			
胃・肺・大腸	12日(金)、19日(金) いずれも8時～10時30分		胃・肺のみ 各20人				
	17日(水) 18日(木)		有珠の沢総合福祉会館 勇払公民館		胃・肺のみ 各回25人		
検診名	胃がん	肺がん※	大腸がん	乳がん	子宮頸がん	子宮体部がん	
対象	25年4月1日から26年3月31日までに以下の年齢になる方(乳・子宮がんは偶数歳になる方)						
	40歳以上		40歳以上 50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方	
内容	レントゲン撮影		問診と便潜血検査	マンモグラフィ(X線)と視触診による検査	頸部(けいぶ)細胞診検査	体部細胞診検査	
料金	1,500円	200円(かたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円
	無料の方 ●生活保護を受けている世帯の方 ●市民税がかかっていない世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書」(印鑑を持参し健康支援課、勇払・のぞみ出張所で事前申請必要)をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方(保険証・免許証など年齢がわかるものをお持ちください) ●一定の障がいがある65歳～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方						

※がん検診は市内医療機関でも実施しています。平成25年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください。

※65才以上の方は保健センター実施の肺がん検診受診時に、結核健康診断も受けられます。

# 広 告