

★は7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	4日(月)、★7月2日(月) いずれも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	直接会場へ
市民健康教室	7日(木)、★7月5日(木) 13時～	アイビープラザ	苫小牧日翔病院医師による「狭心病と生活習慣病」の講演、保健師による健康指導と血圧測定	
40歳からの栄養相談	14日(木) 9時30分～11時30分 27日(木) 13時30分～16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	24日(日) 10時～12時	妊娠4～7カ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	7日(木)、8日(金)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	28日(木) 9時30分～11時30分	24年4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」	8日(金)、15日(金) いずれも14時15分～16時	23年11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	8日=赤ちゃんと遊ぶ、発達を考える、母親交流会 15日=離乳食の進め方、歯を守る	
赤ちゃん教室「12か月児」	22日(金) 9時30分～11時	23年6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	19日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 20日(水) 9時30分～10時45分	22年11月生まれの子(2歳未満の未受診児についてもおご相談ください)	心身の発達状況の確認	対象者に通知
「3歳児」健康診査	20日(水) 13時～14時30分 21日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	21年5月生まれの子(4歳未満の未受診児についてもおご相談ください)		

●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・肺・大腸	★7月20日(金) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時～7時25分 沼ノ端コミセン=7時30分～7時50分 ※札幌の会場まで無料バスで送迎	北海道対がん協会	50人	19日(火)～7月3日(火)に健康支援課へ(申し込み順) ※国保特定健診、後期高齢者健診など、同日受診可						
子宮・乳・大腸	30日(土) 8時～10時30分、12時30分～14時30分	保健センター	子宮=各100人 乳=各35人	12日(火)～28日(木)に健康支援課へ(申し込み順)						
乳	6日(水)、20日(水)、★7月4日(水)、5日(木) いずれも13時～14時受付 7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木) いずれも14時～14時30分受付		各25人 各10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	8日(金)、15日(金)、19日(金) ★7月3日(火) いずれも8時～10時30分		胃・肺のみ=各20人							
	20日(水) 7時30分～9時 21日(木) 7時～8時、9時～10時		胃・肺のみ=各30人 胃・肺のみ各回25人							
検診名	胃がん	肺がん	大腸がん①	乳がん①	子宮頸がん①	子宮体部がん	大腸がん②	乳がん②	子宮頸がん②	
対象	24年4月1日から25年3月31日までに以下の年齢になる方(子宮・乳がんは偶数歳になる方)						24年4月1日時点で40、45、50、55、60歳であった方(乳がんは女性のみ)		24年4月1日時点で20、25、30、35、40歳であった方	
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	大腸・乳・子宮頸がん検診は、同一年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません				
料金	1,500円	200円(かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料		
	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「がん検診無料証明書」をお持ちの方(印鑑を持参し健康支援課、勇弘のぞみ出張所で事前申請が必要) ●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						無料クーポンと保険証などの身分証明書をお持ちください			

●「がん検診無料クーポン券」などを送付します 詳細: 健康支援課 TEL32-6407
 特定の年齢の方を対象に乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診無料クーポン券、肝炎ウイルス無料検診対象年齢証明書を6月上旬に送付します。検診は市内医療機関、保健センターなどで実施していますので、ぜひ受診して下さい。

広 告