

●健康相談、健康教室 (料金無料)

詳細:健康支援課 Tel.32-6410

名称	日時	会場	内容	その他
市民健康相談	2日(月) ★1月6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	
市民健康教室	12日(木) 13時～	しらかば総合福祉会館	北海道薬剤師会苫小牧支部 副支部長による「知って得する薬の知識～ジェネリック薬品ってなに?～」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	4日(水) 13時30分～16時30分 19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 Tel.32-6411

名称	日時	対象	内容	その他
赤ちゃん教室「2か月児」	26日(木) 9時30分～11時30分	25年10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	
赤ちゃん教室「7か月児」	6日(金)、13日(金) いずれも14時15分～16時	25年5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	6日=赤ちゃんと遊ぶ、発達を考える、母親交流会 13日=離乳食の進め方、歯を守る	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「12か月児」	19日(木) 9時30分～11時	24年12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	10日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 11日(水) 9時30分～10時45分	24年5月生まれの子 (2歳未満の未受診児についてもご相談ください)	心身の発達状況の確認	対象者に通知
「3歳児」健康診査	11日(水) 13時～14時30分 12日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	22年11月生まれの子 (4歳未満の未受診児についてもご相談ください)		

●がん検診

詳細:健康支援課 Tel.32-6407・32-6410 保健センター Tel.35-0001

実施がん検診		日時		会場		定員	申し込み		
子宮・乳・胃 肺・大腸	検診ごとに同一年度内一回のみ 対象者は下表で確認してください	★1月24日(金) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時15分～7時45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	16日(月)～27日(金)に健康支援課へ(申し込み順)		
		5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木) ★1月9日(木) いずれも14時～14時30分受付		保健センター		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)		
		2日(月)、9日(月)、17日(火) ★1月14日(火)=8時～10時30分、8日(日)=9時～10時、16日(月)=18時～19時 8日、16日は肺・大腸がんのみ				胃・肺のみ=各20人			
		11日(水) 7時30分～9時				胃・肺のみ 各回30人			
12日(木) 8時～10時		夕見町総合福祉会館	植苗ファミリーセンター		胃・肺のみ各回25人				
13日(金) 7時30分～8時30分、9時30分～10時30分		川沿公園体育館							
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	25年4月1日から26年3月31日までに下記の年齢になる方 (乳・子宮がんは偶数歳になる方)				25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)		25年4月1日時点で20、25、30、35、40歳であった女性		
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								

※65歳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。

※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。

●親子デンタル教室

詳細:健康支援課 Tel.32-6411

宮本歯科医院長による「虫歯にならないための子育てを考えよう」の講話と歯科衛生士による歯磨き指導						
日時	ところ	対象	定員	持参するもの	申し込み	
12月18日(水) 13時～15時	教育・福祉センター	1歳～1歳6カ月の子どもと保護者	30組 申し込み順	母子健康手帳、乳児用歯ブラシ	12月16日(月)までに電話で	

広 告