

★は10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 Tel.32-6410	
名称	日時	会場	内容	その他
市民健康相談	3日(月) ★10月1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	
駅前健康相談	28日(金) 13時30分~15時	egaio 6階	体脂肪・筋肉量・血圧・血流測定、保健指導、栄養相談	直接会場へ
市民健康教室	6日(木) 13時~	のぞみコミセン	苫小牧薬剤師会副支部長による「知って得する くすりの知識」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	12日(水) 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 Tel.32-6411	
名称	日時	対象	内容	その他
母親教室	★10月3日(水)、9日(火)、11日(木) いずれも13時~15時	妊娠4~7カ月の方	10月3日=妊娠中の保健・栄養 9日=出産の準備 11日=赤ちゃんと一緒に、歯の話	母子健康手帳を持参し、直接会場へ
赤ちゃん教室 [2か月児]	27日(木) 9時30分~11時30分	24年7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]	7日(金)、14日(金) いずれも14時15分~16時	24年2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	7日=赤ちゃんと遊ぶ、発達を考える、母親交流会 14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]	21日(金) 9時30分~11時	23年9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	18日(火) ①9時30分~10時45分 ②13時~14時30分 19日(水) 9時30分~10時45分	23年2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	19日(水) 13時~14時30分 20日(木) ①9時30分~10時45分 ②13時~14時30分	21年8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	★10月20日(土) 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	18日(火)~10月2日(火)に健康支援課へ(申し込み順)					
子宮・乳・大腸	対象者は検診により異なりますので、下表で確認してください	★10月13日(土) 受付場所・時間 ●保健センター=8時~10時30分、12時30分~14時30分	子宮=各100人 乳=各35人	25日(火) 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			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			胃・肺のみ 各20人						
			12日(水) 7時~8時、9時~10時						東開町内会総合福祉会館
	13日(木) 7時30分~9時	柏木町町内会館	胃・肺のみ=各30人						
14日(金) 7時30分~9時	新明町総合福祉会館	胃・肺のみ=各30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 (乳・子宮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						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		

※がん検診は市内医療機関でも実施しています。平成24年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください。

広 告