

## ●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	7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	直接会場へ
市民健康教室	17日(木) 13時～	西町総合福祉会館	勤医協苫小牧病院副院長による「肩の痛みと五十肩」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	10日(木) 13時30分～16時30分 23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	20日(日) 10時～12時	妊娠4～8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）、ビデオ実習	3日(木)、4日(金)に健康支援課へ
赤ちゃん教室 [2か月児]	24日(木) 9時30分～11時30分	26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]	4日(金)、11日(金) いずれも14時15分～16時	25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	4日＝赤ちゃんと遊ぶ、発達を考える、母親交流会 11日＝離乳食の進め方、歯を守る	
赤ちゃん教室 [12か月児]	10日(木) 9時30分～11時	25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	15日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 16日(水) 9時30分～10時45分	24年9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	16日(水) 13時～14時30分 17日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	23年3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 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	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	★5月9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	4日(金)～17日(木)に健康支援課へ（申し込み順）		
		☆6月4日(水) 受付場所・時間 市役所2階健康支援課＝9時45分～10時15分 ※札幌の会場まで無料バスで送迎		25人	25日(金)～5月13日(火)に健康支援課へ（申し込み順）		
		10日(木)、17日(木)、24日(木) ★5月1日(木) いずれも14時～14時30分	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）		
		15日(火)、23日(水) いずれも8時～10時30分	有珠の沢総合福祉会館 勇払公民館	胃・肺のみ各20人 胃・肺のみ各回25人			
胃・肺・大腸		16日(水) 7時～8時、9時～10時 17日(木)					
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	26年4月1日から27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）						
	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（印鑑と身分を証明するもの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26年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください。

告 白