

●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階市民ギャラリー	体脂肪・血圧測定、保健指導、栄養相談	直接会場へ
健康相談	25日(金) 13時30分～15時		体脂肪・筋肉量・血圧・血流測定、保健指導、栄養相談	
市民健康教室	10日(木) 13時～	住吉コミュニティセンター	苫小牧市立病院の医師による「目の病気について～白内障・緑内障など～」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	9日(水) 9時15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
赤ちゃん教室「2か月児」	24日(木) 9時30分～11時30分	26年5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」	7日(月)、11日(金) いずれも14時15分～16時	25年12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 11日＝離乳食の進め方、歯を守る	
	★8月4日(月)、★8月8日(金) いずれも14時15分～16時	26年1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 8日＝離乳食の進め方、歯を守る	
赤ちゃん教室「12か月児」	31日(木) 9時30分～11時	25年7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	対象者に通知
「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	24年12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	
	16日(水) 9時30分～10時45分			
「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6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				
乳	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	3日(木)、10日(木)、17日(木)、24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8日前、その他は前日までに保健センターへ（申し込み順）				
		3日(木)、11日(金)、23日(水)、★8月5日(火)＝8時～10時30分 6日(日)＝9時～10時、11日(金)＝18時～19時 6日、11日夜は肺・大腸がんのみ							
		16日(水) 7時～8時、9時～10時		ときわ町総合福祉会館		胃・肺のみ 各20人			
		17日(木) 9時～10時		光洋町総合福祉会館					
		18日(金)		新中野総合福祉会館					
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	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・子宮頸がんは偶数歳になる方）						26年4月1日時点で40、45、50、55、60歳であった方	26年4月1日時点で40歳であった女性	26年4月1日時点で20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（印鑑と身分を証明するものを持参し健康支援課、勇弘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						無料クーポン券と保険証などの身分証明書をお持ちください		

※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。

廣 告