



は部局の名称

は担当の施設場所



は問い合わせ先電話番号です。

市役所いんぷおめ。



8月30日は衆議院議員総選挙

選挙

選挙課選挙係

☎(24)0795

本庁舎 地下1階

【投票できる方】平成元年8月31日までに生まれ、平成21年5月17日までに千歳市に住居登録をし、引き続き市内に住居している方

※市内で転居し、8月8日以降に転居届をした方は前住所の投票所での投票となります。
※5月18日以降に千歳市に転入した方は、前住所地で投票する方法と前住所地の選挙管理委員会に不在者投票の請求をする方法があります（前住所地の選挙人名簿に登録されている必要があります）。

【投票日当日に予定のある方】つぎの会場で期日前投票ができます。
・市役所1階市民ホール 市内に住む方 8月19日～29日（8時30分～20時）
・農民研修センター 東千歳地区に住む方 8月25日（火）12時～19時
・支笏湖市民センター 支笏湖地区に住む方 8月27日（木）12時～19時

※当日、ほかのまちに滞在する方は、事前に請求することで滞在先のまちで不在者投票ができます。

健康

からだもこころも

あっぷる

健康推進課

参加する

健康まつり

9月6日(日)10時～16時
／市民文化センター

【内容】血行測定、体力測定など

食育フォーラム「食と身体の美味しい関係」

【講師】星澤 幸子 氏（料理研究家）

【とき】9月6日(日)13時～

【ところ】市民文化センター中ホール

健康管理係 ☎(24)0361

体験パククラブ

9月5日(土)13時30分～16時
／総合保健センター

【内容】赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体験ジャケットの着用など

【対象】もうすぐ父親になれる方
※母子手帳・筆記用具持参

健康母子係 ☎(24)0771

わくわくママクラブ(育児コース)

9月14日(月)10時～11時30分
／アリス子どもセンター

【内容】地域子育て支援センターの見学、赤ちゃんと遊ぶ、先輩ママとの交流

【対象】市内に住む妊娠中の方
※母子手帳・筆記用具持参

健康母子係 ☎(24)0771

予防接種

13時～14時／総合保健センター

BCG予防接種

※予約不要、母子手帳持参

月日	対象
9/11(金)	平成21年5月16日～31日生まれと4～5か月児
9/28(月)	平成21年6月1日～15日生まれと4～5か月児

医療調整係 ☎(24)3148

麻しん(はしか)・風しんの予防接種を早めに受けましょう!

10代～20代の方を中心に麻しん(はしか)が流行しています。かかると重症化する場合があります。早めに麻しん・風しん混合ワクチンを受けることをおすすめします。つぎの方は市内の指定医療機関で無料で予防接種を受けることができます(平成22年3月31日まで)。

○1歳児

○つぎのいずれかの期間に生まれた方

平成3年4月2日～平成4年4月1日

平成8年4月2日～平成9年4月1日

平成15年4月2日～平成16年4月1日

医療調整係 ☎(24)3148

相談

総合保健センター／申込不要

健康相談

医師、保健師、栄養士による健康相談、血圧測定、尿検査など

9月14日(月)

9時30分～11時30分と13時～16時
(医師の相談は13時～15時)

健康指導係 ☎(24)0364

育児相談

身長・体重測定、発達や栄養の相談

9月4日(金)、18日(金)

9時30分～11時30分と13時～16時

健康母子係 ☎(24)0771

フッ素塗布・歯科相談

1年以内に千歳市で1歳6か月児・3歳児健診を…

【受けた幼児】

9月4日(金)、14日(月)、18日(金)

【受けていない1歳～就学前の幼児】

9月25日(金)

9時30分～11時30分と13時～15時

※料金800円・母子手帳、歯ブラシ持参

健康母子係 ☎(24)0771

あなたはメタボリック
シンドローム!?
特定健診を受診
しましょう。



40歳から74歳の国保加入者を対象に特定健診を行っています。保健センターなどで行う集団健診と、市内医療機関で行う個別健診(40歳から64歳の方のみ)があります。自分のからだのためにぜひ受診しましょう。

今月は 国民健康保険料 3期の納付月です

担当 高齢医療課特定健診係
☎(24)0768

本庁舎
1階4番