

予防

新型インフルエンザの感染を予防しましょう！

新型インフルエンザの感染が世界的に拡大しています。市内でも先月22日までに5人の患者が発生しています。感染を予防するため、つぎのことを心がけましょう。

【外出時や公共の場では】

○せきやくしゃみが出るときは、ハンカチなどで鼻や口を押さえます。

○外出時はマスクを着用し、帰宅後はうがいや手洗いをしましょう。

○できるだけ人混みを避けましょう。

【相談窓口】千歳保健所発熱相談センター ☎(23) 3 1 7 5(平日の8時45分～17時30分)

健康管理係 ☎(24) 0361

救急医療

救急当番医と救急車は正しく利用しましょう！

救急当番医とは

突発的な症状で、緊急処置が必要な方を対象に診療を行う医療機関です。日中から症状のある方は、診療時間帯のうちに、かかりつけ医などの医療機関を利用してください。

救急車の利用法

救急車は本当に必要とする方をすみやかに医療機関に搬送するためのものです。緊急性が低く、家族の方の手助けなどで病院に行ける場合は、救急車の利用を避け、自家用車やタクシーなどを利用してください。

深夜の急病の場合

救急外来が終了する深夜0時以降に身体の不調を感じた場合は、「ちとせ健康・医療相談ダイヤル24」にご相談ください。なお、緊急の場合は119番にご連絡ください。

千歳市民のための

ちとせ健康・医療相談ダイヤル24

フリーダイヤル 24時間 無休でどこに ☎0 1 2 0 (2 4) 6 9 2 2 (通話料無料、携帯電話から利用可)

看護師や医師などが24時間、からだの症状や応急手当法などの相談をお受けします。

※非通知設定の電話からは利用不可
※IP電話からは ☎03 (3839) 5604へ(通話料有料)

健診

～今月、募集を開始する健(検)診のお知らせ～

※健(検)診の受診は1人年度内1回まで。事業所で同様の検査を受ける方や生活習慣病で通院治療中の方は受診できない場合があります。
※表中の対象年齢は平成21年4月1日～平成22年3月31日に迎える年齢。
※70歳以上の方、65歳以上で障害認定4級以上の方、生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は、がん検診と肝炎ウイルス検診が無料になります。
※申込受付は、8時45分から17時15分までです。申込時に電話が繋がらない場合は時間をあけてからおかけ直してください。

国保集団健診40

高齢医療課特定健診係 ☎(24) 0768

内容	対象	料金
国保特定健診40 ①②	40歳～64歳の市国保加入者	1,000円
胃がん ①②		500円
大腸がん ①②	40歳以上の検査治療を受けていない方	300円
肺がん ①②		100円
前立腺がん ①②	50歳以上の男性	300円
子宮がん ②	40歳以上の奇数月生まれの女性	800円
乳がん ②		1,300円
肝炎ウイルス ①②	40歳以上の検査治療を受けていない方	800円
エキノコックス症 ①②	過去5年間検査を受けていない方	無料

※表中の○番号の内容は、右の同じ番号の健診で受診できます。

①保健センター国保集団健診40

国保特定健診40のみか、国保特定健診40とがん検診の両方を受ける方の健診
9月29日(火) 7時～/定員120人

②札幌がん検診センター国保集団健診40

国保特定健診40とがん検診の両方を受ける方の健診(バスで移動)
9月30日(水)/定員60人
市役所駐車場 7時40分、向陽台支所 7時55分、ローソン千歳向陽台店 8時出発

【申込方法①②共通】

8月11日～9月15日の期間に健診申込専用ダイヤル(☎(24) 0 6 1 7)または高齢医療課窓口(本庁舎1階④番)で申し込み

国保特定健診40(個別健診)

高齢医療課特定健診係 ☎(24) 0768

内容	対象	料金
国保特定健診40	40歳～64歳の市国保加入者	1,000円

市内14医療機関で国保特定健診40を受ける方の健診/平成22年3月31日まで

【申込方法】各医療機関で申し込み

※詳細は該当者にお送りしている受診案内をご覧になるか特定健診係へお問い合わせください。

保健センター集団健診・あおぞら検診

健康推進課健康指導係 ☎(24) 0364

内容	対象	料金(国保)
フレッシュ健診 ④	19歳～39歳の男性	1,000円(1,000円)
さわやか健診 ③④(2/24のみ)	19歳～39歳の女性	1,000円(1,000円)
いきいき健診 ③④	40歳以上の生活保護受給者	無料
国保特定健診65 ③④	65歳～74歳の市国保加入者	(500円)
はつらつ健診75 ③④	65歳以上の後期高齢者医療制度加入者	無料
胃がん ③④		1,500円(500円)
大腸がん ③④	40歳以上の方	1,000円(300円)
肺がん ③④		500円(100円)
前立腺がん ④	50歳以上の男性	1,000円(300円)
子宮がん ③⑤	20歳～29歳の奇数月生まれの女性	2,000円(2,000円)
	30歳以上の奇数月生まれの女性	2,000円(800円)
乳がん ⑤	40歳以上の奇数月生まれの女性	2,000円(1,300円)
肝炎ウイルス ③④	40歳～74歳の検査治療を受けていない方	800円(800円)
エキノコックス症 ③④	過去5年間検査を受けていない方	
生活機能評価 ③④	国保特定健診65かはつらつ健診75を受ける方で要支援・要介護認定を受けていない方	無料

※表中の○番号の内容は、右の同じ番号の健(検)診で受診できます。

③保健センター女性集団健診

10月1日(木) 8時～/定員120人

④保健センター集団健診

10月5日(月)、30日(金)、31日(土)(7時～)
12月18日(金)、19日(土)、21日(月)(7時30分～)
平成22年2月23日(火)、24日(水)(7時30分～)
/定員各150人

⑤札幌がん検診センターあおぞら検診

女性対象のがん検診(バスで移動)
10月8日(木) 11時45分保健センター集合
10月27日(火) 8時15分保健センター集合
/定員各50人

【申込方法③④⑤共通】

健診申込専用ダイヤル(☎(24) 0 6 1 7)で申し込み(8月17日(月) 8時45分申込開始)

個別検診(がん検診)

健康推進課健康管理係 ☎(24) 0361

医療機関(尾谷病院・第一病院・北星病院・市民病院)で受診できる検診
平成22年3月31日まで/定員各250人

内容	対象	料金
胃がん		2,700円(1,700円)
大腸がん	40歳～64歳の方	1,000円(300円)
肺がん		500円(100円)

【申込方法】健診申込専用ダイヤル(☎(24) 0 6 1 7)で申し込み(現在受付中)