

※総合保健センターは総合福祉センター1階です。

からだもこころも **健康**



市役所しんぶん

**がん検診などの無料クーポン券を送付します**

対象・4月20日現在、市に住民登録している方で下の表にあてはまる方

年齢(生年月日)	大腸	子宮	乳	肝炎
20歳(H4.4.2~H5.4.1)		○		
25歳(S62.4.2~S63.4.1)		○		
30歳(S57.4.2~S58.4.1)		○		
35歳(S52.4.2~S53.4.1)		○		
40歳(S47.4.2~S48.4.1)	○	○	○	○
45歳(S42.4.2~S43.4.1)	○		○	○
50歳(S37.4.2~S38.4.1)	○		○	○
55歳(S32.4.2~S33.4.1)	○		○	○
60歳(S27.4.2~S28.4.1)	○		○	○
65歳(S22.4.2~S23.4.1)				○

※子宮・乳がん検診は、女性のみ対象。  
 ※肝炎ウイルス検診は、これまでB型・C型肝炎の検査・治療を受けていない方が対象。  
 送付時期・5月下旬

市民健康係 ☎(24)0364

**6月4日~10日は歯と口の健康週間**

●むし歯予防デー(参加無料)

内容・歯科健診、矯正相談、歯磨きアドバイス、フッ化物塗布など  
 と き・6月1日(土)13時~14時45分  
 ところ・総合保健センター

●親と子のよい歯のコンクール

対象・平成24年度に3歳児歯科健診を受けた幼児と親で、むし歯がなく歯並びが良い方  
 応募期限・5月17日(金)

●歯科保健図画・ポスター展示

と き・6月1日~10日  
 ※開館時間中展示、10日は13時まで。  
 ところ・総合保健センター

健康母子係 ☎(24)0771

**ちとせ健康・医療相談ダイヤル24**

フリーダイヤル

☎0120(010)293

(通話料無料、携帯電話から利用可)  
 ※かけ間違いに注意してください!

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)

**フリーダイヤルが変わりました!**

**国保特定健診受診券を送付します**

対象・3月31日現在市国保に加入している40歳から74歳までの方  
 送付時期・5月下旬  
 ※4月以降に加入した方で受診を希望する方のご連絡ください。

市民健康係 ☎(24)0364

**個別検診の申込を開始します**

指定医療機関で6月から受診できる胃・肺・大腸がん検診の申込を開始します。

対象・40歳から64歳の方  
 申込開始・5月13日(月)8時45分

【健(検)診のお申込は】  
**健(検)診申込ダイヤル(平日の8時45分~17時15分) ☎(24)0617**

市民健康係 ☎(24)0364

**健康相談**

内容・医師、保健師による健康相談  
 ・栄養士による栄養相談  
 ・血圧・尿検査・体脂肪測定  
 と き・5月24日(金)  
 9時30分~11時30分、13時~16時

※医師の相談は13時~15時。  
 ところ・総合保健センター(申込不要)

健康企画係 ☎(24)0768

**フッ化物塗布・歯科相談**

と き	対 象
フッ化物塗布・歯科相談	
6月12日(水) 6月17日(月)	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
フッ化物塗布・歯科相談・歯科健診	
6月21日(金)	1歳~就学前のすべての幼児

と き・9時30分~11時30分、13時~15時  
 ところ・総合保健センター(申込不要)

料 金・800円  
 ※母子手帳、歯ブラシ持参。

健康母子係 ☎(24)0771

**わくわくママクラブ~育児コース**

対象・市内に住む妊婦の方  
 と き・6月10日(月)10時~11時30分  
 ところ・アリス保育園  
 ※母子手帳、筆記用具持参。

健康母子係 ☎(24)0771

**パパの育児基礎講座**

内容・赤ちゃん抱っこ体験、遊び方、料理レシピ紹介(試食あり)

対象・①妊娠中の夫婦  
 ②1歳未満の乳児の家族

と き・6月15日(土)10時~11時30分  
 ところ・ちとせこセンター

定 員・①②各15組  
 ※①は母子手帳、筆記用具持参。  
 ※②はバスタオル持参。

健康母子係 ☎(24)0771

**出前健康相談**

内容・保健師による健康相談、血圧測定  
 と き・5月23日(木)10時~12時30分  
 ところ・図書館(申込不要)

健康企画係 ☎(24)0768

**B C G 予防接種**

対象・5~7か月児  
 と き・6月7日(金)、20日(木)  
 (12時30分~13時50分)

ところ・総合保健センター(申込不要)  
 ※母子手帳持参。

※4月から対象月齢が変わりました。  
 ※対象期間に接種できないときはご連絡ください(状況により、3か月~11か月まで接種することができます)。

予防接種担当 ☎(24)3148

**育児相談**

内容・身長・体重測定、発達・栄養の相談  
 と き・6月12日(水)  
 (9時30分~11時30分、13時~15時30分)

ところ・総合保健センター(申込不要)  
 ※母子手帳持参。

健康母子係 ☎(24)0771

information