

(総合保健センターは、総合福祉センター1階にあります。)

脳ドック・骨粗しょう症の検診、集団健診の申し込み

脳ドック・骨粗しょう症の検診は、4月11日(火) 8時45分から申し込み開始

●対象になる方(平成29年度)

4月1日現在の年齢(生年月日)	脳ドック	骨粗しょう症 (女性のみ)
40歳(昭和51年4月2日~昭和52年4月1日)	○	○
45歳(昭和46年4月2日~昭和47年4月1日)	○	○
50歳(昭和41年4月2日~昭和42年4月1日)	○	○
55歳(昭和36年4月2日~昭和37年4月1日)	○	○
60歳(昭和31年4月2日~昭和32年4月1日)	○	○
65歳(昭和26年4月2日~昭和27年4月1日)	○	○
70歳(昭和21年4月2日~昭和22年4月1日)	○	○
75歳(昭和16年4月2日~昭和17年4月1日)	○	○

集団健診は、4月18日(火) 8時45分から申し込み開始

国保特定健診、はつらつ健診、さわやか健診、いきいき健診、肺がん検診、胃がん検診(胃バリウム検査)、大腸がん検診、前立腺がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、肝臓ウイルス検診、エキノコックス症検診

※集団健診の料金、対象年齢、実施月日などは、広報ちとせ4月号(今月号)の号外をご覧ください。
(総合保健センターや各コミセンに置いてある、千歳市健診ガイド(詳細版)や市のホームページにも掲載しています)
※6月から、胃がん検診(胃内視鏡検査)を開始します。対象者などの詳細は、広報ちとせ5月号をご覧ください。

●受診期間、定員、料金

検診名	受診期間	定員(申込順)	料金
脳ドック(前期)	5月~10月	300人	6,000円
骨粗しょう症	5月~平成30年3月	200人	600円

※生活保護世帯の方は、脳ドック・骨粗しょう症検診いずれも無料。

●その他

※申し込み受け付け後、受診券を送付するときに、受診場所や受診方法などをお知らせします。
※脳ドック検診は、75歳以上も5歳ごとに受診できます。
※11月~平成30年3月の脳ドック検診(後期)の申し込みは、10月11日~17日に受け付けします(定員250人・抽選)。

詳細・市民健康係
☎(24)0364
※申込不可。

健診申込専用ダイヤル
☎(24)0617
(平日の8時45分~17時15分)

健康相談

内容・医師・保健師の健康相談、栄養士の栄養相談、歯科衛生士の歯科相談、血圧測定・尿検査・体重測定
とき・4月24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、歯科衛生士の相談は9時30分~11時30分。
ところ・総合保健センター(申込不要)

出前健康相談(保健師の健康相談・血圧測定)
4月18日(火) 13時30分~15時 市立図書館(申込不要)

詳細・健康企画係 ☎(24)0768

こどもネウボラ(子育て相談)

内容・保健師による健康・育児に関する相談など(無料)

とき	ところ
5月13日(土) 10時~12時	ちとせこセンター
5月15日(月) 10時~15時 ※	総合保健センター
5月17日(水) 10時30分~11時30分	アリスセンター
5月22日(月) 10時~11時30分	しなの児童館
5月30日(火) 10時~12時、13時~14時	げんきこセンター

※総合保健センターでの相談は、事前予約が必要です。
申込先/詳細・母子保健係 ☎(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)。

育児相談

内容・身長・体重測定、発達や栄養の相談
とき・5月18日(木) 9時30分~11時30分と13時~15時30分
ところ・総合保健センター(申込不要、母子健康手帳持参)
詳細・母子保健係 ☎(24)0771

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診

とき	対象
●フッ化物塗布・歯科相談	
5月8、18日	1年以内にフッ化物塗布・歯科医師健診、1歳6か月児健診、3歳児健診のいずれかを受けた幼児
●フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診	
5月22日(月)	1歳~就学前の全ての幼児

時間・9時30分~11時20分、13時~14時50分
ところ・総合保健センター(申込不要)
料金・800円(母子健康手帳、歯ブラシ持参)
詳細・母子保健係 ☎(24)0771

BCG予防接種

対象・5カ月~7カ月児(状況により3カ月~11カ月児まで接種可)
とき・5月12、26日(12時30分~13時50分)
ところ・総合保健センター(申込不要、母子健康手帳、予診票持参)
詳細・予防接種担当 ☎(24)3148

パパの育児基礎講座

内容・赤ちゃん抱っこ体験、料理レシピの紹介など
対象・①妊娠中の夫婦、②1歳未満の子をもつ夫婦
とき・5月20日(土) 10時~11時30分
ところ・ちとせこセンター(母子健康手帳など持参)
定員・①②各15組(申込順)
申込期限・5月18日(木)
申込先/詳細・母子保健係 ☎(24)0771
※②の方は、ちとせこセンターでも申し込みができます。

げんきこセンターからのお知らせ

●すくすくの日(身長・体重測定日)

対象・就学前の子
とき・4月14日(金) 10時~12時と13時~14時(申込不要)

●あそびの芽~みんなDEリズム!~(リズム運動)

対象・就学前の子と保護者
とき・4月19日(水) 11時~11時30分(申込不要)

●くりねずみのおはなし会(図書館司書の絵本読み聞かせ)

対象・就学前の子と保護者
とき・4月21日(金) 11時~11時30分(申込不要)

●はじめましての日(子育て情報とげんきこセンターの案内)

対象・げんきこセンターを初めて利用する子育て中の方、これからお父さん・お母さんになる方

とき・5月6日(土) 10時30分~11時(申込不要)

●転勤してきた人あつまれ!

内容・市内の子育て施設の紹介、お母さん同士の交流会など
対象・市内に転入して3年未満で、第1子が就学前の子と保護者
とき・5月17日(水) 10時~11時

定員・25組(申込順)

申込日・4月18、19日

●赤ちゃんのからだ発達講座

内容・理学療法士が赤ちゃんの身体発達について話す
対象・一人歩きがこれからの第1子と保護者
とき・5月24日(水) 10時~11時

定員・20組(申込順)

申込日・4月25、26日

4月16日(日) 10時~16時は休日開館日です
対象は、就学前の子と保護者

【共通事項】

会場/申込先/詳細・げんきこセンター(参加料無料)
☎(26)2070 ☎(26)2080(日・祝日を除く9時~17時30分)

ちとせこセンターからのお知らせ

●みんなであそぼう プチ(ゆうぎ室で遊ぶ)

対象・就学前の子と保護者
とき・4月20日(木) 10時30分~11時(申込不要)

●子育てスキルアップ講座~乳児編~

対象・6カ月までの子と保護者
とき・4月25日(火) 10時30分~11時15分(申込不要)

●おはなしだいすき♪(大型絵本などの読み聞かせ)

対象・就学前の子と保護者
とき・4月25日(火) 11時30分~11時50分(申込不要)

●すくすくの日(栄養士の来館日)

内容・身長と体重の計測
対象・就学前の子
とき・4月26日(水)10時~12時と13時~14時(申込不要)

●みんなであそぼう(ゆうぎ室で遊ぶ)

対象・就学前の子と保護者
とき・5月11日(木) 10時30分~11時30分(申込不要)

●あそびの広場 第1期募集

①あかちゃんランド(隔週水曜日 全4回コース)

対象・生後3カ月~8カ月の子と保護者
とき・5月10、24日、6月7、21日

午前の部(10時~11時)、午後の部(13時30分~14時30分)

定員・午前午後 各17組(抽選)

申込日・4月12、13日

②にこにこランド(毎週水曜日 全4回コース)

対象・生後9カ月~1歳6カ月の子と保護者
とき・5月9、16、23、30日

午前の部(10時~11時30分)、午後の部(13時30分~15時)

定員・午前午後 各17組(抽選)

申込日・4月19、20日

③わくわくランド(毎週木曜日 全4回コース)

対象・1歳7カ月~就学前の子と保護者

とき・6月8、15、22、29日 10時~11時30分

定員・20組(抽選)

申込日・4月24日(月)

※①~③は、開始時点の月齢でお申し込みください。

5月7日(日)は休日開館日(10時~16時)です
対象は、就学前の子と保護者

【共通事項】

会場/申込先/詳細・ちとせこセンター(参加料無料)
☎(40)1717 ☎(40)1727(日・祝日を除く9時~17時30分)

わくわくママクラブ(子育て準備コース)

内容・赤ちゃんとの過ごし方について学ぶ

対象・市内に居住する妊婦の方

とき・5月19日(金) 10時~11時45分

ところ・ちとせこセンター(母子健康手帳、筆記用具持参)

申込期限・5月17日(水)

申込先/詳細・母子保健係 ☎(24)0771

アリスセンターからのお知らせ

●ひろばであそぼう

内容・親子で楽しく遊ぶ(晴天時は園庭遊び)

対象・就学前の子と保護者

とき・毎週月~金曜日 10時~15時(申込不要)

●絵本のひろば(大型絵本・紙芝居の読み聞かせ、絵本貸し出し)

対象・就学前の子と保護者

とき・4月11、18、25日(10時30分~11時、申込不要)

●おおきくなったかな~身体測定日~

対象・就学前の子

とき・4月19日(水) 10時~12時(申込不要)

※ボランティアの手伝いあり。

●おもちゃをつくろう!(こいのぼりを作る)

対象・就学前の子と保護者

とき・4月20日(木) 10時~12時(申込不要)

※材料がなくなり次第、終了することがあります。

●子育て講座「はじめてママ講座」

内容・赤ちゃんとのふれあい、ベビーマッサージなど

対象・4カ月~10カ月の第1子とお母さん

とき・4月21日(金) 10時~11時30分

定員・10組(抽選)

申込日・4月13、14日(電話申し込みは、12時~15時)

●企業連携ぶちゼミ「骨盤ゆがみ解消講座」

内容・北星病院の理学療法士、作業療法士が教える骨盤

のゆがみを直す体操など

対象・産後6カ月以内のお母さんと子(抱っこひもなど持参)

とき・5月19日(金) 10時30分~11時30分

定員・10組(抽選)

申込日・5月8、9日(電話申し込みは、12時~15時)

【共通事項】

会場/申込先/詳細・アリスセンター(参加料無料)
☎(24)8341(平日の10時~15時)