



ちとせ健康・医療相談ダイヤル **24**
0120(010)293 非通知設定の電話からは利用不可
 IP電話からは ☎03(3839)5604 (有料)
 看護師・医師が24時間、症状や応急手当など相談に応じます

保健師・栄養士のリレーコラム

9月10日～16日は、**自殺予防週間**です

国内で平成28年中に自ら命を絶った人の数は、2万1897人、1日に60人の命が失われました。先進主要7か国の中で、日本の自殺率はワースト1位です。

自殺に至る背景には、過労、身体疾患、人間関係、失業、生活苦、うつ病、発症など、さまざまな要因があります。自殺は個人の問題ではなく、「追い込まれた末の死」と捉えることができます。誰も自殺に追い込まれることのない社会を実現するため、一人一人の気づき、専門分野へのつなぎ、見守りなどが重要です。

市は、9月12日から15日の間、市役所1階市民ロビーにて、市の実態や自殺のサインと対応などについて、パネル展示を行います。また、パンフレットや心について考える図書リストも設置します。ぜひ、お立ち寄りください。(健康づくり課 保健師)



どなったり、たいたりしないで
 子育てする方法を学びましょう！
子育てスキルアップ講座

【対象】2歳から12歳くらいの子がいる世帯で、全6回の講座に出席できる方
 【とき】9月27日、10月4、11、18、25日
 11月1日(10時～11時30分)
 【ところ】ほくおう児童館
 【定員】8人(申込順)
 【申込開始】9月11日(月)(受付は平日の9時～17時)



いいお産の目inちとせ
親子de絵本フリマ! 出店者募集

今年度は、絵本をメインテーマにしたフリーマーケットを開催します。誰かに読んでほしい絵本や、家で眠っている児童書・育児書などがありましたら、出店してみませんか？

【対象】アマチュアで、市内に居住する個人・グループ
 【時間】受付・搬入 9時～ 販売 10時～13時(搬出は14時まで)
 【ところ】ちとせこセンター
 【出店品目】①絵本、児童書、育児に関する本、紙芝居など(15冊以上)、②子ども服、おもちゃ、マタニティ用品
 ※必ず①の出品が必要です。②のみの出品、ベビーカー、ベビーカーなどの大型用品の出品はできません。
 【募集数】8店舗(一ブース:2.4m×1.8m/抽選)
 【申込方法】9月25日(月)までに、申込書・誓約書(市指定用紙)を持参または郵送

《申込先・詳細》〒066-8686 東雲町2丁目34
 千歳市こども福祉部こども家庭課こども家庭係
 ☎(24)0328・FAX(22)8851

《申込先・詳細》
 こども家庭課
 ☎(24)0935
 FAX(22)8851

《障がいや発達の違いがあるお子さんの》
 平成30年度 **障がい児保育 / 学童クラブの申込**

【認定こども園・保育所】
 【対象】満3歳以上で、保育の必要性の認定が受けられる児童(2号認定) / 入園日に千歳市こども通園センターに通っている児童 / 継続的な通園、集団での保育が可能な児童 ※市立認定こども園で1号認定の利用を希望する方の受付も行います。
 【受付期間】9月19日～9月26日
 【申込先・詳細】こども政策課
 ☎(24)0340・FAX(22)8851

【学童クラブ】
 【対象】保護者が就労(※)または病気などで昼間、留守になる小学生 ※勤務日数が週3日以上で、勤務終了時間が15時以降(1年生は14時以降)。《申込には障がいの程度が確認できる書類の提出が必要です》
 【受付期間】9月19日～9月29日
 【申込先・詳細】子育て総合支援センター
 ☎(22)7888・FAX(40)1717

内容	日程	対象(平成29年度中に達する年齢)	料金(市国保)
胃がん検診	①②	40歳以上	1,500円(500円)
大腸がん検診	①②	40歳以上	1,000円(300円)
肺がん検診	①②	40歳以上	500円(100円)
前立腺がん検診	①②	50歳以上の男性	1,000円(300円)
子宮がん検診	②③	奇数月生まれの女性で、②は40歳以上、③は20歳以上	2,000円(注1)
乳がん検診	②③	奇数月生まれの40歳以上の女性	2,000円(1300円)
肝炎ウイルス検診	①②	40歳以上でB型・C型肝炎の検査、治療を受けていない方	800円(800円)
国保特定健診	①②	40歳～74歳の市国保加入者	(1,000円)(注2)
はつらつ健診	①②	後期高齢者医療制度加入者	無料
いきいき健診	①②	40歳以上の生活保護受給者	無料
さわやか健診	①	19歳～39歳	1,000円(1,000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

(注1)30歳以上の市国保加入者は800円(20歳～29歳は2,000円)(注2)65歳～74歳の方は500円 ※65歳～69歳の障がい4級以上の認定を受けた方、70歳以上の方、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。

- ① 集団健診(総合保健センター)
 - ・10月28、29、31日、11月28、29、30日(7時～10時30分)
 - ・10月30日(7時～11時) / 女性のみ
- ② 集団健診(札幌がん検診センター)
 - ・10月16日 / 定員60人(無料送迎バスで移動)
 - 対象：健康診査とがん検診の両方を受診する方
- ③ あおぞら検診(札幌がん検診センター)
 - ・10月4、18日、11月19、20日 / 定員各60人(無料送迎バスで移動)

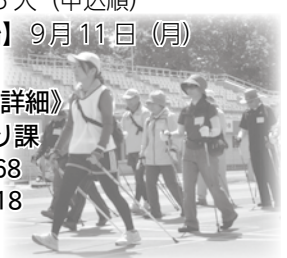
健診申込専用ダイヤル
☎(24)0617
 詳細◎市民健康課
 ☎(24)0364
 FAX(24)8418

集団健診 ● **がん検診のご案内**

体験！**ルディックウォーキング** ポール無料貸出

健康づくりのため、あなたも始めてみませんか？
 【内容】血圧測定、講習、実技
 【とき】10月4日(水)10時～12時
 【ところ】総合福祉センター403号
 【定員】25人(申込順)
 【申込開始】9月11日(月)

《申込先・詳細》
 健康づくり課
 ☎(24)0768
 FAX(24)8418



10/3(火、18(水) 9:30-11:20/13:00-14:50

フッ化物塗布・歯科相談
 【対象】1年以内にフッ化物塗布、歯科医師健診、1歳6か月・3歳児健診のいずれかを受けた子
 【料金】800円
 【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

10/6(金、20(金) 12:30-13:50

BCG予防接種
 【対象】5か月～7か月の子
 ※対象期間に接種できないときは3か月から11か月まで接種可。
 【持ち物】母子健康手帳・予診票

10/18(水) 9:30-11:30/13:00-15:30

育児相談《身長体重測定・発達や栄養の相談》
 【持ち物】母子健康手帳

10/21(土) 10:00-12:30

体験パパクラブ
 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】市内に居住する妊娠中の夫婦
 【持ち物】母子健康手帳、父子健康手帳、筆記用具
 【申込期限】10/19(木)

10/23(月) 10:00-11:30

わくわくママクラブ(妊娠中の過ごし方コース)
 妊娠中の過ごし方、歯の健康と栄養
 【対象】市内に居住する妊婦の方
 【ところ】総合保健センター
 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具
 【申込期限】10/19(木)

10/23(月) 11:30-14:00

マタニティ歯科相談
 【対象】市内に居住する妊婦の方
 【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

10/26(木) 9:30-11:20/13:00-14:50

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診 【対象】1歳～就学前の子 【料金】800円 【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

母子保健課 ☎(24)0771

★予防接種のことは…
 担当 ☎(24)3148
 ★FAX(24)8418

申込先詳細

こども**ネウボラ**
 子育て相談

保健師、助産師の健康・育児相談、子育て支援プランの作成など

とき	ところ
10/13(金) 10:00-15:00	総合保健センター(予約制)
10/23(月) 10:00-12:00 / 13:00-14:00	ちとせこセンター
15:00-16:00	ちとせこセンター(予約制)
10/27(金) 10:00-12:00 / 13:00-14:00	げんきこセンター
15:00-16:00	げんきこセンター(予約制)