

対がん協会のがん検診

健康支援課 電話(32)6407

実施がん健診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・子宮・乳	対象者は下表で確認してください 検診ごとに同一年度内一回のみ ★7月4日(土) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時~7時25分 沼ノ端コミセン=7時30分~7時50分 ※札幌の会場まで無料バスで送迎	北海道対がん協会	50人	12日(金)までに健康支援課へ(申し込み順)

保健センター

健康教室・健康相談 料金無料

保健センター 電話(35)2800

名称	とき	会場	定員	内容	持ち物	申し込み
運動教室	①8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)、★7月6日(月) ②10日(水)、17日(水)、24日(水)、★7月1日(水) いずれも10時~11時	運動指導室	各15人	①転ばぬ先のらくらく体操 ②燃やそう体脂肪! 目指そうメリハリボディ!	運動靴 タオル 飲み物	事前予約必要(先着順)
栄養教室	①★7月2日(水) ②9日(火)、11日(木) ③16日(火)、18日(木) ④23日(火)、25日(木) いずれも10時~11時	栄養指導室	各10人	①「カラダにやさしい夜ごはん」 ②「その塩、お控えなすって!」 ③「甘い誘惑に気をつけて!」 ④「良質な油でお肌ツルツル!」	¥100円 当日納入	
健康相談	★7月6日(月) 9時30分~11時	ホール	なし	保健師・栄養士による相談、血圧、体脂肪測定、血管年齢測定	なし	直接会場へ
トレーニングルーム	8日(月)、11日(木)、15日(月)、18日(木)、22日(月)、25日(木)、29日(月)、★7月2日(水)、★7月6日(月) 月曜日 13時30分~15時30分 木曜日 9時30分~11時30分	トレーニングルーム	なし	ランニングマシン・エアロバイク・クロストレーナーなど 健康運動指導士による運動アドバイス (18歳以上で運動習慣のない方が対象)	運動靴 タオル 飲み物	直接会場へ

健康診断

保健センター 電話(35)0001

名称	とき	料金	対象	内容	申し込み
総合健康診断(短期人間ドック)	月~金曜日(祝日を除く) 受付=8時~9時	22,355円 (本市国保加入者20,735円)	希望者	医療コンピューターによる検査	事前連絡必要 詳しくはパンフレット・ホームページにて公開

がん検診

保健センター 電話(35)0001

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み				
乳	8日(月) 受付=13時~13時30分、14時~14時30分	保健センター	各15人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)				
胃・肺・大腸	9日(火)、23日(火)=8時~10時 16日(火)=8時~10時、18時~19時		胃・肺のみ 各20人					
	17日(水) ①7時~8時 ②8時~9時 ③9時~10時		スプリングタウン 総合福祉会館		①②各15人 ③各20人 ※胃・肺のみ			
	19日(金) 7時30分~9時		住吉コミュニティセンター		30人 ※胃・肺のみ			
検診名	胃がん 肺がん 大腸がん① 乳がん① 子宮頸がん① 子宮体部がん 大腸がん② 乳がん② 子宮頸がん②							
対象	27年4月1日から28年3月31日までに以下の年齢になる方(乳・子宮頸がんは偶数歳になる方)			27年4月1日時点で40、45、50、55、60歳であった方	27年4月1日時点で40歳であった女性	27年4月1日時点で20歳であった女性		
内容	X線(レントゲン)検査	問診と便潜血検査	マンモグラフィ(X線)と視触診による検査	頸部(けいぶ)細胞診検査	体部細胞診検査	大腸・乳・子宮頸がん検診は、同一年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません		
料金	1,500円	200円(かかたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料
	無料の方 ●生活保護を受けている世帯の方 ●市民税が掛かっていない世帯の方で「がん検診自己負担金無料証明書(印鑑・身分証明書を持参し、健康支援課、勇弘・のぞみ出張所で事前申請必要)」をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方(保険証・免許証など年齢が分かるものをお持ちください) ●一定の障がいがある65歳~69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方						無料クーポン券と保険証などの身分証明書をお持ちください	

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診実施時に、結核健康診断も受けられます。
 ※がん検診は市内医療機関でも実施しています。平成27年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください。

保健所の相談、検査

苫小牧保健所 電話(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健・医療相談	月~金曜日 ※祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
女性の健康相談	月~金曜日 ※祝日を除く	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの身心の健康相談	
こころの健康相談	18日(木)	専門職員の面接相談	予約必要
肝炎ウイルス検査	2日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	
骨髄バンク登録	2日(火)、16日(火)	13時~ 30分程度 18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	2日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	
HIV抗体検査(エイズ相談)	2日(火)、3日(水)、16日(火)	検査(採血)後、約60分で検査結果をお知らせする予定	