後期高齢者医療健診を無料で受診しましょう

居宅生活を送る後期高齢者医療保険制度加入者は健診を 年度内1回無料で受診できます。また、併せてがん検診 も無料で受けられますので、ご活用ください。

図後期高齢者医療保険制度加入者 ※長期入院·介護施設 入居者は対象外。 他●受診券 ●マイナ保険証または資

格確認書 甲各医療機関に事前に電話で申込み

10/1から令和7年度 高齢者等定期予防接種が始まります

内目①インフルエンザワクチン=10/16
10/16
○ 不年1/31 ②新型コロナワクチン=10/1(水)~来年3/31(火)

所市内実施医療機関 対次のいずれかに該当する市民

●接種時点で65歳以上の方 ●接種時点で60~64歳の心 臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能 のいずれかに障害等級1級相当の障害がある方

№ 1,510円 ②6,900円

※生活保護・市民税非課税世帯の方は無料。

他詳細は本誌10月号に掲載予定

試保健予防課 1 25 ⋅ 6237

妊娠を希望する女性とパートナー等への 風しんの抗体検査と予防接種助成

内抗体検査と予防接種の費用助成 所市内実施医療機関 対旭川市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方

●妊娠を希望する女性 ●左記女性の夫(妊婦の夫を含む) などで同居の方 ※2回以上の予防接種歴がある方や、検 査で確定診断を受けた風しん既往歴がある方、過去に抗体 検査を受けた方は対象外。

料予防接種のみ自己負担額2,000円

他本人確認書類·母子健康手帳·予防接種希望 者は抗体検査結果がわかるものを持参。詳細は

市配に掲載 選保健予防課配25・6237



10/1からアレルギー検診が始まります

食物系22項目と花粉やちりなど19項目の計41項目のア レルギー検診です。血液検査のみで診察はありません。結 果は郵送します。

受付 平日(土・日曜日、祝日および年末年始を除く) 9:30~11:00 料14,300円

他人間ドックや健診と同日検査も可能です。

健診日の2開院日前までにご連絡ください **厨**試市立旭川病院(金星町1 **回**24·3181)



日曜日の乳がん検診 「マンモグラフィー検査(視触診なし)」

■10/19(**□**)9:00~12:00

定20人 料料金等の詳細は問い合わせを

所申市立旭川病院健診センター(金星町1 **個**24・3181)

健幸イベント あさしお適塩ライフ

減塩食品の試食、うす味みそ汁の試飲、適塩や野菜摂取 のアドバイスなどを通して、適切な量の塩を摂取するため の食生活に関して学びませんか?

■10/16休11:00~12:30 励コープさっぽろ東光店 (豊岡1の5) **羅健康推進課回23・7816**

障害者水泳記録会

■11/9回9:00から 励おぴった(宮前1の3) 図各種障害者手帳または特定医療費(指定難病)受給者証等 をお持ちの方 定10人(抽選) 他水着・水泳帽・タオル持参 ■9/30(火)までに**旭川障害者連絡協議会圓31・2226**

健康

旭川市国民健康保険(国保)にご加入の35~74歳の方へ 特定健診は9月の受診がお勧めです

10月からインフルエンザのワクチン接種が始まり、医療 機関が混む日が増えてきます。混み合う前がお勧めです。 働き盛りの方、通院中の方もぜひ受診ください!

35~40代の働き盛りの方も自覚症状が出ていない今の うちからの健康管理に特定健診をぜひ受診してください。 また、通院中の方も健診対象者ですので、ご活用ください。 特定健診の検査項目 身体測定、血圧測定、血液検査、尿 検査、医師による診察(基準に該当する方のみ心電図検査 ・眼底検査・貧血検査) 検査費用 8,000円相当の検査 が500円(前年度市民税非課税世帯は無料)

受診の流れ ①受診したい医療機関に電話予約する ②受診券とマイナ保険証等を持って、医療機関へ行く

受診可能な医療機関 市内約110か所の医療 機関。受診券に同封の一覧、市₩で確認を 図目民健康保険課酬25・9841

胃・肺・大腸がん巡回検診

	実施日	受付時間	会場			
	10/3億★9	:00~11:00	愛宕公民館(豊岡7の9)			
	10/6例 9	:00~10:00	共栄小学校(豊岡2の10)			
	10/7炒9	:00~10:00	神居住民センター			
	10/16(ᡮ)★9	:00~11:00	(神居2の17)			
	10/8例9	:00~10:00	第一東光団地集会所			
	10/14炒 9	:00~10:00	・ 第一泉元団心泉云州 ・ (東光10の3)			
	10/15例 9	:00~10:00				
	10/9休 9	:00~10:00	南新栄町内会館(東光4の7)			
	10/10金 9	:00~10:00	東地区体育センター(豊岡2の5)			
	10/14以 9	:00~10:00	東明中学校(東光16の7)			
	10/15例 9	:00~10:00	西御料地会館(西御料1の2)			
	10/15例 9	:00~10:00	新旭川地区センター			
	10/28炒★9	:00~11:00	(東6の4)			
	10/16(木) 8	:00~10:00	めばえ会館(東光14の7)			
★印の日は国保特定健診・後期高齢者医療健診も受診可。						
事前に申込みが必要						

他申込み不要。持ち物や検診料等は問い合わせを。大腸がん 検診は当日会場で受け付けし、後日指定の場所へ便を提出

※旭川がん検診センター(末広東2の6 回53・7111) でも受診可。希望者は同センターに申込みを。

特定健診・後期高齢者医療健診と がん検診のセット型健診

■頭●10/3億=愛宕公民館(豊岡7の9) ●10/16 (木)=神居住民センター(神居2の17) •10/28以=新 旭川地区センター(東6の4) 単実施日の1週間前まで (こ旭川がん検診センター個53・7111 闘国民健康保険課 ■25・9841、後期高齢者医療健診は■25・8536

夜間・休日の当番医は

北海道救急医療情報案内センター

 $011 \cdot 221 \cdot 8699$

9/16~30は介護保険料「普通徴収」の方の 第3期の納期です

特別な事情で介護保険料を納められない方は、保険料の 減額や支払い猶予の制度があります。

図65歳以上の方 **謹介護保険課回**25·5356

屋根雪下ろし助成券を交付

利用期間 助成券交付日~来年3/25㎞

対象世帯 今年度の市・道民税が非課税で、次のいずれか に該当する世帯 ●高齢者(70歳以上) ●母子・寡婦 ●聴覚障害、音声・言語・そしゃく機能障害を除く身体障 害者(身体障害者手帳1~4級)

※市内に協力可能な親族がいる場合(市内に子が居住して いるなど) や、雪下ろしが必要となる期間中に入院等で 不在の世帯等は対象外。

助成券額 15,000円 (市の指定業者でのみ利用可) 申請方法 長寿社会課 (7の9 総合庁舎2階) で配布す る申請書に記入し(各地区民生委員の意見欄への記入も必 要)、10/7火までに郵送(必着)または同課に持参 ※10/8 州以降も申請可。ただし、結果通知は12月下旬 以降となります。 **詳長寿社会課回25・6457**

高齢者・重度身体障害者住宅前道路除雪制度

下の表に該当する世帯で、市道に面する住宅にお住まい で自力での除雪が困難な方を対象に、道路除雪でかき分け られる雪を、人の出入りに支障がないような幅(おおむね 1.5m) で、なるべく残さないように配慮する制度です(宅 地内の雪や歩道や路肩に積もった雪は対象外)。申請期限 を過ぎると受け付けできません。必ず期限までに申請して ください。なお、審査の結果、面している市道(幹線道路 等) によっては対象外となる場合もあります。

※市では、道路除雪事業者に代わって町内会など地域の方 が、間口除雪を行う取組みを進めています。

対象世帯※1	申請書の提出先	申請方法	
80歳以上または70~79歳で要支援1以上(同程度の 状態含む)の高齢者 高齢者と病弱者 高齢者と小学生以下の子供 高齢者と重度身体障害者 ※2(身体障害者手帳1・ 2級)	長寿社会課 (7の9 総合 庁舎2階 団 25 ・6457)	各課で配布する 申請書に記入し 10 / 7 (火)または に郵送、または 印鑑を持参して 各課 ※特別な事情に より上記期限	
重度身体障害者のみ 重度身体障害者と病弱者 重度身体障害者と小学生以 下の子供	障害福祉課 (7の9 総合 庁舎2階 個 25 ・6476)	に間に合わな い場合は、ご 相談を	

※1=親族・近隣などの協力により除雪可能な世帯や、間 借り・アパートに居住する世帯、除雪が必要となる期間 中に入院等で不在の世帯等は対象外。

※2=聴覚障害、音声・言語・そしゃく機能障害を除く。

福祉・健康

夜間急病センターの場所・診療時間

市立旭川病院2階 (金星町1)





介護119番 (高齢者虐待通報・相談窓□) …… ■25・9119

心の健康に関する催し

①断酒会員によるお酒の悩み相談 [予約不要]

■10/2休13:00~14:30

所総合庁舎4階(7の9)

対飲酒やアルコール依存等に関してお困りの方とその家族

②ひきこもり家族交流会 予約制

囚小グループでの交流会 ■10/14以14:00~16: 00 励おぴった(宮前1の3) 対市内在住のひきこ

もり当事者の家族 定20人程度

調北海道ひきこもり成年相談センターコーディネーターほか 申右の申込フォームで受付け □ ****

③精神科医師による心の健康に関する相談 予約制 ■10/22例 所総合庁舎4階(7の9)

対精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族

他②~③事前に保健師の個別相談あり

申②~③保健予防課**回**25·6364

Ⅲ①保健予防課**Ⅲ**25·6364

福祉•保険

障害者水泳教室(全4回)

■10/1~22の水曜日13:00~15:00

所おぴった(宮前1の3) 対各種障害者手帳または特定 医療費(指定難病)受給者証等をお持ちの方

215人(抽選) 他水着・水泳帽・タオル持参

囮教室の運営ボランティア募集 10人(抽選) **申**いずれ も 9 / 24 / 3までに 旭川障害者連絡協議会 **個 31 · 2226**

障害者スポーツ交流大会

内気軽に楽しく参加できるスポーツ(モルック、ボッチャ、 ゴロ卓球バレーほかから希望する1種目)で交流 ■10/19回9:00から 励おぴった(宮前1の3)

対各種障害者手帳または特定医療費(指定難病)受給者証 等をお持ちの方 他上靴持参。動きやすい服装で

■10/9休までに旭川障害者連絡協議会Ⅲ・四31・2226

介護職員初任者研修の受講者を募集

介護職員初任者研修は、介護職として 働くための入門資格です。介護に関する 基本的な知識、技術、考え方を学びます。

■10/4(出~11/29(土)のうち16日間、9:30~17:00 **厨子ども総合相談センター(10の11) 対介護の仕事に** 興味がある方、介護事業所で働くことを希望する方

定15人 料5万円 ※受講料の半額補助制度あり。

申右の専用
□ またはエンビト福祉カレッジ

10120 · 222 · 905

競長寿社会課値25・9797

