

情報あら

あそびの広場

0歳児グループ、1歳児グループ

遊びを通して子育てを応援します。

親子で遊ぶ楽しさを体験し、育児のストレスを解消しながら楽しい時間を過ごしませんか。

0歳児グループ（すこやか赤ちゃん教室と合同で実施）

対象 生後10カ月～1歳2カ月
開催日 1月29日から3月11日
までの毎週木曜日

時間 10時～12時
場所 子育て支援センター（なお、1月29日（木）と2月26日（木）はしんた21多目的ホールです）

定員 10組（申込順）
参加料 無料

内容 保健師や保育士、栄養士との懇談と手遊び、運動遊びなど

1歳児グループ
対象 1歳6カ月～2歳5カ月
開催日 1月27日から3月9日
までの毎週火曜日

時間 10時～12時
場所 子育て支援センター

定員 10組（申込順）
参加料 無料

内容 手あそび、運動あそび、雪あそびなど

申し込み 1月13日（火）から16日

（金）の9時から17時までに電話で子育て支援センター（☎813715）

しんた21の体力測定会

しんた21のトレーニングルームでは毎月、体力測定会を行います。

体力測定会でのデータをもとにコンピュータがその人に合ったトレーニングプログラムを作成し、専門のトレーナーがアドバイスをしますので、効果的な健康づくりができます。ぜひご参加ください。

なお、体力測定会の時間帯は、トレーニングルームの一般利用はできませんので、ご了承ください。

2月の体力測定会（2回実施）

期 間	申 込	日 時
1月30日（金）	1月19日（月）～	2月5日（木） 18時30分～20時30分
2月20日（金）	2月9日（月）～	2月25日（水） 18時30分～20時30分

定員 各18人（申込順）

参加料 500円

参加の際は半袖を着用してください。

申し込み 健康推進課

（しんた21内 ☎850100）

問い合わせ

保険年金課（☎851771）

脳ドックを受診してみませんか

市は、国民健康保険加入者を対象に、脳梗塞やくも膜下出血などを早期に発見・治療してもらうため、脳ドック検査料の一部を助成しています。

国民健康保険に加入している20歳以上で、国保税の滞納がない世帯の方が対象です。（昨年度、または今年度すでに受診された方を除きます。）

1. 脳ドックとは何か？

- ・自覚症状のない脳梗塞や脳出血がないか
- ・くも膜下出血の原因になる脳動脈瘤がないか
- ・脳腫瘍（頭のガン）がないかなど、あなたの脳の状態を詳しく調べることができます。

2. どこで受けられますか？

- ・登別厚生年金病院（登別温泉町133）
 - ・宮町脳神経外科クリニック（新生町1丁目26-20）
- 人間ドックなどと組み合わせて受診することもできます。

3. 検査料は？

医療機関によって異なります。
登別厚生年金病院
・脳ドックのみの場合 5,000円
・短期人間ドックと一緒に受ける場合
短期人間ドック分 3,000円（70歳以上の方は2,500円）
脳ドック分 3,000円
合計 6,000円（70歳以上の方は5,500円）
宮町脳神経外科クリニック 2,000円

4. 申し込みはどこへ？

保険年金課または各支所にお申し込みください。

5. 受診時期は？

お申し込み後、希望した医療機関より、直接本人に日時などの連絡があります。
なお、医療機関の都合により、受診までに日数を要する場合がありますので、ご了承ください。