

参加料の記載のないものは無料です。/市外局番(0154)を省略しています。/市役所本庁舎は「市役所」、市役所防災庁舎は「防災庁舎」に省略しています。

第3回脳健康度テスト

回①9月13日(水)、②27日(水)午後1時30分～3時/防災庁舎5階会議室/おむね65歳以上で2日間とも参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外)※過去に検査を受けたことのある方は、1年以上間隔を空けてお申し込みください/回③30人/回④ファイブ・コグ検査 ②検査結果の返却と解説、講話/筆記用具、眼鏡(必要な方)/回⑤介護高齢課高齢福祉担当(回23-5185)

健康



若者健診

回①10月31日(火)、②11月15日(水)各午前9時～11時/回①防災庁舎4階 ②コア鳥取/回③18～39歳の市民で、健診を受ける機会のない方、職場の健診で血液検査がない方/回④80人/回⑤身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、医師診察/回⑥①は10月5日(木)まで、②は9月11日(月)～10月25日(水)に市ホームページの申込フォームで、または電話で健康推進課(回31-4525)へ

日曜日に乳がん検診を実施します

回10月15日(日)午前8時30分～/回市立釧路総合病院外科外来/回35人(受付後抽選)/回女性技師によるマンモグラフィ検査、追加料金で乳腺エコー検査(人数限定)/回住んでいる自治体、年齢による※無料クーポン券利用可/回9月14日(木)・15日(金)午後3時～5時に電話で市立釧路総合病院医事課(回41-8168・8577)へ※この電話番号以外は受付不可※受診対象の方には9月25日(月)以降に電話連絡します。

9月24日(日)～30日(土)は結核予防週間～長引くせき、微熱に注意!!～

結核は過去の病気と思われがちですが、2022(令和4)年の日本での発病者は1万151人、1日約30人が結核を発病しています。結核は、人から人へと空気を介してうつる病気ですが、早期に発見して治療を開始することで治すことができ、周囲にうつす可能性も低くなります。症状は風邪と似ていますが、2週間以上せきが続く、タンが出る、体がだるい、微熱が続くといった症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

小児では症状が現れにくく、重篤な状態になりやすいため、遅くとも1歳になるまでにBCGの予防接種をしておきましょう。

回釧路保健所(回65-5825)

腸管出血性大腸菌O-157にご注意

○食品を扱うときや食事の前には、手をせっけんで20秒以上もみ洗いする。○調理器具は食材ごとに使い分け、よく洗う。○室内での肉や魚など生ものの放置を避け、冷蔵庫は詰めすぎに注意する。○調理後はできるだけ早く食べる。○食べ物は十分に洗い、加熱してから食べる。回健康推進課(回31-4524)

子育て・教育

9月の子育て講座

●ハッピーサポーター(先輩ママ)とのフリートーク「きょうだい育て」回9月12日(火)午前11時～11時40分/回0歳～就学前/回東部子育て支援拠点センター(回65-9912)

●人形劇「はらぺこあおむし」他

回9月15日(金)午前10時30分～11時15分/回1歳～就学前/回親子つどいの広場昭和(回55-2231)

●おいしく楽しく離乳食

回9月21日(木)午前10時30分～11時30分/回0歳～おむね1歳(離乳食完了まで)/回西部子育て支援拠点センター(回65-6112)



●マタニティ広場

回9月30日(土)午前10時～11時30分/回マタニティの方とその家族(第1子優先)/回育児体験や、先輩ママ・パパとのフリートーク他/回東部子育て支援拠点センター(回65-9912)

ひとり親家庭の

お父さん、お母さんへお知らせ

●ひとり親家庭のための自習室

回9月4日(月)、11日(月)、19日(火)、25日(月)午後1時30分～4時30分/回資格取得や高卒認定試験を目指すひとり親家庭等の親および子(託児あり。要予約)/回学習アドバイザー付き

●パソコン学習室

回9月5日(火)、12日(火)、26日(火)午前10時～午後3時/回ひとり親家庭等の親(要予約)/回7人



●ハローワーク出張相談

回9月14日(木)午後1時30分～3時30分/回求職中のひとり親家庭等の親(託児あり。要予約)/回就職に関する相談【共通】回電話で釧路母子家庭等就業・自立支援センター(旭町16-5回22-2401)へ

その他



上下水道料金

夜間・日曜納付相談窓口

夜間=9月21日(木)午後8時まで/日曜=9月3日(日)午前9時～午後5時/回上下水道料金お客様サービスセンター(南大通2-1-121)/回第一環境(株)釧路事務所(上下水道部検針および収納等業務受託会社回43-2161)

釧路圏都市計画道路の変更

住民説明会

回[コアかがやき会議室A B]10月3日(火)、[コア大空会議室A B]4日(水)、[コア鳥取会議室A B]5日(木)、[市役所4階会議室]6日(金)、各午後6時～※1時間程度/回雄鉄線通、星が浦西通、釧路大橋通の長期未整備区間の計画廃止。それに伴う星が浦東通、星が浦北通、仁々志別通、釧路新道の計画変更(隅切りの廃止等)/回都市計画課都市計画担当(回31-4555)

「第42回全国豊かな海づくり大会北海道大会」に伴う臨時交通規制のお知らせ

厚岸町で開催される「第42回全国豊かな海づくり大会北海道大会」に伴い、9月16日(土)・17日(日)に、厚岸町、釧路市、釧路町、標茶町の一部道路で臨時の交通規制を行います。規制の時間帯は混雑が予想されますので、不要不急の通行は控え、迂回にご協力をお願いします。詳細は、北海道警察ホームページ(回https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp)をご覧ください。回北海道警察釧路方面本部警備警備対策室(回25-0110)

各種相談・救急当番病院・各種がん検診

各種相談

●お酒の悩み相談(健康推進課回31-4525)

回9月13日(水)午後1時～午後3時/回防災庁舎3階相談室3(スズラン)※まずは防災庁舎4階健康推進課にお越しください。

●こころの健康相談※秘密厳守(釧路保健所回65-5825)

面談相談=予約制/電話相談=月～金曜日午前9時～午後5時(祝日、夜間除く)

救急当番病院

●釧路市夜間急病センター(住吉2-12-37回44-6776)

診療科目=内科、小児科/受付時間=午後6時30分～翌午前6時30分/診療時間=午後7時～翌午前7時

●救急医療情報案内センター(回0120-20-8699、携帯電話・PHS 011-221-8699)

●休日緊急歯科診療※日曜日、祝日(城山2-2-15釧路歯科医師会館内回42-8336)

時間=午前10時～午後0時30分、午後2時～4時

●小児救急電話相談

【プッシュ】(回#8000) / 【その他】(回011-232-1599)

時間=午後7時～翌午前8時

くしろ市民健診受付中!

回10月31日(火)、11月15日(水)、12月10日(日)、2024(令和6)年1月28日(日)、2月22日(木)/回詳細は6ページをご覧ください/回健康推進課(回31-4524)

胃がん・肺がん検診

回月～金曜日、第1・3土曜日/回40歳以上(1年に1回受診可)/回受診日の5日前までに直接、釧路がん検診センター(回37-3370)へ

Table with 3 columns: 検診項目・内容, 料金, 検診機関. Includes items like 胃がん(バリウム検査) for 1,160円 and 肺がん(X線のみ) for 470円.

●巡回バス検診も実施します(胃がん・肺がん・大腸がん検診)

Table with 4 columns: 実施日, 検診会場, 実施日, 検診会場. Lists dates and locations for mobile bus screenings.

【各検診共通】※生活保護受給世帯の方は、受給証明書持参で無料となります。※「総合がん検診受診券」「無料クーポン券」もご利用いただけます(対象者のみ)。/回健康推進課(回31-4524)

9月は「がん征圧月間」です!

平日の検診が難しい方は、ぜひこの機会に受診ください。

●日曜がん検診

回9月24日(日)/回釧路がん検診センター/回各種がん検診、健康診査/回申込期間、受付時間、検診項目など詳細は釧路がん検診センター(回37-3370)へお問い合わせください。

子宮頸(けい)がん・乳がん・大腸がん検診

回子宮頸がん検診は20歳以上で偶数年齢の女性、乳がん検診は40歳以上で偶数年齢の女性(偶数年齢時に1回受診可)、大腸がん検診は40歳以上の市民(1年に1回受診可)/回直接下記の検診機関へ

Table with 3 columns: 検診項目・対象, 料金, 検診機関. Lists screening options and costs for cervical, breast, and colorectal cancer.

Table with 3 columns: 検診機関, 子宮, 乳. Lists screening centers and their services for cervical, breast, and colorectal cancer.

※大腸がんの検診医療機関については、市ホームページでご確認いただくか、健康推進課へお問い合わせください。