

① こどもの広場

◆歯科衛生士によるアンパンマンのエプロンシアター

①午前10時30分～10時45分 ②午後0時30分～0時45分

◆ゲームにチャレンジ! 午前9時～午後3時

楽しいゲームがたくさんあります。ヨーヨー釣りもできます。

◆育児情報、自由遊びのコーナー



② タッチパネル式「物忘れ相談」体験コーナー

65歳以上の方を対象にパソコンの画面にタッチする「物忘れ相談プログラム」の体験と介護予防・認知症予防の相談を行います。



③ 「お菓子」なんでもコーナー

お菓子を使って「お菓子の薬局」で薬剤師の仕事体験します。スポーツファーマシスト(ドーピングなどについての取り組み)の紹介、薬物乱用防止のパネルの展示などを行います。



④ はり・灸体験コーナー

日々の仕事や家事で疲れた身体をリフレッシュしてくれる鍼灸治療の無料体験をしてみませんか?



⑤ アロマハンドトリートメント体験コーナー

⑥ 医療・介護保険制度相談コーナー

医療ソーシャルワーカーが相談を受けます。

⑦ 歯のコーナー

歯科検診・相談、ブラッシング指導、口腔がん検診、歯科ドック(口臭測定、咬合力測定)、ブラーク検査、フッ化物洗口体験を行います。



⑧ 体力測定コーナー ⑨ ヘルシー相談

日常生活ではなかなかできない体力測定で身体のことをよく理解しましょう。

保健師等による健康相談や血圧測定も行います。



⑩ 看護コーナー

手洗い体験コーナー、乳がん検診啓発活動を行います。

⑪ 食のコーナー

【健康くしろサポータークラブのコーナー】

・運動部門 釧路の魅力たっぷりの新ウオーキングコースを紹介します。

・栄養部門「体にやさしい手作り「おやつ」」をテーマに午前10時と正午に、調理デモ&試食、減塩みそ汁の試飲(数量限定)を実施。レシピ配付や、野菜の1日分摂取量クイズもあります。みそ汁やスープの塩分測定も実施。50cc程度を容器に入れて持参してください。

【健康に効く! イモ! のコーナー】 血糖値上昇の抑制作用で注目されている食材「キウイモ」の試食、レシピの紹介をします。

【食事バランスチェックコーナー】 パソコンで食事バランスをチェック。食生活のアドバイスが表示されます。関連パンフレットも配布します。

【栄養士会による相談コーナー】 栄養相談やパネル展、子ども対象の野菜当てクイズ(景品あり)などを行います。

⑫ お酒とからだの悩み相談コーナー

相談の他、アルコール診断パッチテストやクイズなども行います。

⑬ 難病相談

北海道難病連による相談、患者会活動の紹介、国会請願署名活動を行います。

⑭ 医療被ばく相談

X線写真、CT検査等の医療機器の安全や管理に関する内容についてのPR等、被ばくに関する相談コーナーです。

⑮ リハビリテーションコーナー【作業療法】

展示や体験コーナー等を通して、リハビリや障がいを持っていてもできる生活の工夫をお知らせします。

⑯ 足の健康指導&運動相談

足の変形予防における運動指導や靴の選び方指導などを行います。

⑰ 「国民健康保険」血糖自己測定&血管年齢測定コーナー

血糖の自己測定、特定健診のお知らせや、食事、運動等の日常生活で役立つ健康づくりアドバイスをを行います。

⑱ 生活習慣病・がんパネル展、大腸がんクイズラリー

釧路市民の生活習慣病に関する実態などを分かりやすく展示します。また、がんに関する知識を深めるためのパネル展示、乳がん触診モデル、スモーカーライザー(喫煙者の一酸化炭素濃度を計測します)、大腸がんクイズラリー、がんについてのパンフレットの配布などを行います。

⑲ なんでも医療相談コーナー

「内科のことならなんでも相談」「皮膚科のことならなんでも相談」

⑳ AEDコーナー

必要に応じて電気ショックで心臓の動きを戻すことを目的としたAEDを使った心臓蘇生救急法の体験コーナーです。

㉑ 生命のコーナー

思春期の体や心の変化、妊娠出産の経過、性感染症、避妊の方法などを分かりやすく展示。妊婦疑似体験コーナーもあります。

HIV抗体検査会(先着100人)

「HIV」の検査を無料で行います。「HIV」は当日1時間後に検査結果をご本人にのみお伝えします。検査希望者は1階の生命のコーナーへお越しください。

受付時間 午前9時～午後1時30分

㉒ 臓器提供意思表示カード普及コーナー

意思表示カード、リーフレット、ポケットティッシュの配付、腎疾患総合対策早期確立のための署名活動などを行います。

㉓ 腎臓元気度チェック!

尿検査で腎臓の状態を調べます。

㉔ 動脈硬化検査コーナー(先着140人)

5分でできる検査です。腕と足首を出しやすい服装でお越しください。

受付時間 午前9時から1階受け付けにて整理券配布。定員になり次第、受付終了。

対象 満40歳以上の方。

㉕ 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用防止のDVD上映やクイズ、薬物標本の展示などを行います。

㉖ 飲み込みチェックで肺炎予防!

肺炎予防の啓発や嚥下障害のスクリーニングテストなどを行います。

道内で唯一のCT肺がん検診車「エルム号」がやってくる!



●受けてみませんか? 低線量CT肺がん検診!

従来の胸部X線検査では写すことが難しかった小さな病変も確実に写し出されます。より早い時期にがんを発見するためにはとても有効な検診です。

●内臓脂肪量を測ってみませんか?

腹部(へその位置)のCT写真を撮影します。

検査項目	検査料金	定員	検査時間
①CT肺がん検診	8,230円	・CT肺がん検診 40人 ・内臓脂肪量測定 40人	午前9時～11時30分
②内臓脂肪量測定	3,090円		
①②の両方を受ける場合	1万290円		

申込期間 10月12日(水)まで

申込・問合先 釧路がん検診センター(☎37-3370)

要事前申込!!

がん検診のご案内(対象者 満40歳以上の市民)

これまで検診を受ける機会がなかった方は、ぜひこの機会にお受けください。

●胃がん検診(要申込、定員になり次第締め切ります)

当日の受付時間 午前9時～11時30分

●肺がん検診(申込不要)

当日の受付時間 ①午前9時～11時30分 ②午後1時～2時30分

●大腸がん検診(要申込、10月6日(木)まで)

当日の受付時間 ①午前9時～11時30分 ②午後1時～2時30分

【共通】申込先 釧路がん検診センター(☎37-3370)

※検診料金は18ページに掲載の「各種がん検診」をご覧ください。