

健康づくりカレンダー

～山科区役所で受けられる検診や健康づくり教室などを紹介します～

1月
January



日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1 元日	2 閉庁日	3
4	5	6 大	7	8 大	9 肺 予約制 精	10
11	12 成人の日	13 大	14	15 大	16 肺 予約制 精	17
18	19	20 大	21	22 大 精	23 歯	24
25	26	27 大 猫	28	29 大	30	31

2月
February



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 大	4	5 大	6 肺 予約制 精	7
8	9	10 大	11 建国記念の日	12 大	13 肺 予約制 精	14
15	16	17 大	18	19 大	20 肺 予約制 精	21
22	23 天皇誕生日	24 大 猫	25	26 大 精	27 歯	28
1	2	3	4	5	6	7

3月
March



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 大	4	5 大	6 肺 予約制 精	7
8	9	10 大	11	12 大	13 肺 予約制 精	14
15	16	17 大	18	19 大	20 春分の日	21
22	23	24 大 猫 大宅献血会*1	25	26 大 精	27 歯	28
29	30	31 大	1	2	3	4

*1 午前10時～12時、午後1時15分～4時 場所:イオンタウン山科樹辻店

4月
April



日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2 大	3 肺 予約制 精	4
5	6	7 大	8	9 大	10 肺 予約制 精	11
12	13	14 大	15	16 大	17 肺 予約制 精	18
19	20	21 大	22	23 大 精	24 歯	25
26	27	28 大	29 昭和の日	30 大	1	2

山科区役所で受けられる検診

※受診方法、料金免除制度など、詳しくはこちら▶▶▶▶▶



キャット・ハンズ体操

場所:山科区役所2階大会議室

日 時	大腸がん検診	肺 胸部検診(結核・肺がん) 【予約制】	第4火曜日 ※4月以降の日程は ご確認ください 午前10時30分～11時30分
対象者	毎週火曜日・木曜日 午前9時～11時	毎月第1・2・3金曜日 午前9時～11時	山科区民 (医師から運動制限 を受けでない方)
内 容	便潜血検査(事前に容器を入手し、 2日分の便を採取し、提出してく ださい。) 【料金300円(免除制度あり)】	・胸部エックス線検査【無料】 ・喀痰検査(問診の結果、必要と判断された方のみ) 【料金1,000円(免除制度あり)】	ステップ運動やロコモ予防運動の要素を 取り入れたオリジナル体操です。音楽に 合わせて楽しく体を動かしませんか。直接 会場にお越しください。【申込不要・無料】
問合せ	健康長寿推進課(1階①番窓口)(TEL:075-592-3222)		

山科区役所で実施している相談事業【予約不要・無料】

	精 こころの相談(精神保健福祉相談)	歯 成人歯科相談
日 時	毎月第1～3金曜日、第4木曜日 午後1時30分～3時	毎月第4金曜日 午前9時～10時30分
場 所	1階 障害保健福祉課相談室	1階①番窓口
対象者	市民	18歳以上の市民
内 容	精神科医師、精神保健福祉相談員が 相談をお受けします。	歯科医師、歯科衛生士による 健診・相談
問合せ	障害保健福祉課(1階⑥番窓口) (TEL:075-592-3479)	健康長寿推進課(1階①番窓口) (TEL:075-592-3222)