

ンター通信

町民専用の電話健康相談です。ご利用ください。 長万部健康ダイヤル24

24時間 年中無休 通話料・相談料無料

☎0120-558-048

ここはおしゃまんべ

医師・看護師・栄養士・ヘルパーなど専門職がお答えします。

高齢者インフルエンザ予防接種を実施します

長万部町に住所のある65歳以上の方を対象に、インフルエンザの予防接種と接種料金の助成(1,000円)を実施しています。

接種場所は、長万部町立病院です。

長期入院や施設入所のため長万部町立病院で接種を受けられない方は接種前に手続きが必要となりますので、役場にお問い合わせください。(接種前に手続きをしないと助成が受けられませんので、ご注意ください)

詳しくは、広報折り込みチラシをご覧ください。

すくすく教室・のびのび広場のお知らせ!

10月のテーマは
「**ヨガで身体をリフレッシュ!**」です。

今回は函館からインストラクターを招いて運動を行います。

日頃の育児で自分のために体を動かす機会が少ないお母さん! 体を動かして心もリフレッシュしましょう!!

インストラクターによる運動指導があります!



お子さんと一緒にできる運動もありますので、親子でふれあいながら楽しめます。

すくすく教室・のびのび広場に來たことが無い方もこの機会に体験して子育てについて情報交換の場としても活用して下さい。

申し込みの必要はありませんので、当日直接会場へお越しください。

☆日時 10月16日(水) 午前10時~11時30分

☆会場 ふれあい健康センター

☆対象 生後3ヶ月以降の子と親

☆講師 函館フィットネススタジオ ジョイ 蛸沢 亮太 先生

※簡単な体力測定もあります。最近の筋力をチェックしてみましょう☆

注意: 会場は子育て支援センターではありません

子育て支援センターからののお知らせ!

日頃の子育てによる疲労感を解消し、親子とも心身のリフレッシュをしていただくことを目的に「親子フラダンス講座」を開催します!

親子の共同体験を通じて、子どもとのコミュニケーションをさらに深めましょう!

☆日時 10月30日(水) 午前10時30分~11時30分

☆会場 子育て支援センター(さかえ保育所)

☆対象 のびのび広場対象の親子

※親子10組(定員になり次第締め切ります)

☆講師 八雲町公民館講座・八雲町シルバークラザフラダンス講師

松草 京子 先生

☆申込先 長万部町立さかえ保育所

(子育て支援センター)

☎2-4006

申込期限 10月25日(金)

成人男性の風しん対策のお知らせ

令和元年度から3年間、昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの方を対象に、風しんの抗体検査、予防接種を実施することとなりました。

令和元年度は、昭和47年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性を対象に対策を行います。

※対象の方へは6月下旬に案内を送付いたしました。

風しんは、感染症の咳やくしゃみ、会話などで飛び散るしぶき(飛沫)を吸い込んで感染します。

成人は高熱、発疹の長期化や関節痛など重症化の可能性があります。

まずは、抗体検査を受け、風しんへの抵抗力があるかチェックしましょう!!



成人の肺炎球菌予防接種のお知らせ

~忘れていませんか? 予防接種~

今年度予防接種対象者の方には、3月に案内通知をしています。接種対象の方は全体で365名ですが、接種されている方は18名(接種率 約4.9%)となっています。※8月末

今まで一度も受けていない方は対象となりますので、改めてご確認下さい。

対象年齢

1. 令和元年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

平成30年度末に100歳以上になっている方

※経過措置の令和元年度から令和5年度までの間は年度ごとに対象となる方は変わります。

下記の表は令和元年度の対象者です。

対象年齢	生年月日
65歳	昭和29年4月2日生~昭和30年4月1日生
70歳	昭和24年4月2日生~昭和25年4月1日生
75歳	昭和19年4月2日生~昭和20年4月1日生
80歳	昭和14年4月2日生~昭和15年4月1日生
85歳	昭和9年4月2日生~昭和10年4月1日生
90歳	昭和4年4月2日生~昭和5年4月1日生
95歳	大正13年4月2日生~大正14年4月1日生
100歳	大正8年4月2日生~大正9年4月1日生
101歳以上	平成30年度末に100歳以上になっている方

2. 60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障がいがある方

接種方法

成人用23価肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)を1回接種

◎注意: 過去に1回でも肺炎球菌(ニューモバックス)の接種を受けた方は対象外となります。

接種費用

自己負担 5,230円(料金8,230円のうち町が3,000円を助成します)

接種医療機関

長万部町立病院

10月の検診

がん検診・特定健診・健康診査 肝炎検査を実施します

がんや生活習慣病は年々増えており、若い世代でも増えています。
病気の変化や発症を早期に見つけるためには、自覚症状がないう
ちに検診を受けることが不可欠です！
健康で楽しく毎日を送るため、1年に1度は必ず検診を受けましょう！！

日時

検診日	受付時間
10月31日（木）	検診は時間予約制です 午前6時30分～ 7時00分 午前7時30分～ 8時00分 午前8時30分～ 9時00分 午前9時30分～ 10時00分

- ・受たい検診と、検診日、時間を予約申し込みしてください。
- ・各時間定員は25名です。
- ・胃がん検診、特定健診・後期高齢者健診を受ける方は、前日
夜8時以降飲食できません。
（朝の薬は飲んでから検診できます）

会場 長万部町役場内 ふれあい健康センター

対象者と料金・内容

検診名	対象者	料金	検査の内容
胃がん検診	40歳以上の町民	1,600円	胃バリウム検査
肺がん検診		400円	胸部レントゲン検査
大腸がん検診		400円	便潜血反応検査
前立腺がん検診	50歳以上の町民 で男性	600円	血液検査 (B型・C型肝炎)
肝炎検査	40歳以上の町民 で、過去に1度も検 査を受けたことが ない方	700円	
特定健診	40歳以上の国保 加入者対象者には 受診券発行済み	無料	身長体重測定 腹囲測定 血圧測定 尿検査 血液検査 医師の診察
後期高齢者検診	後期高齢者医療受給者		
健康診査	生活保護受給者		

※ がん検診無料クーポン券対象者は無料です。
（対象者には7月送付済）

申し込み

9月30日（月）～10月23日（水）まで
保健福祉課 健康推進室 健康推進係 保健師まで

11月の検診

乳がん・子宮がん 骨粗しょう症検診を 実施します

◆札幌日帰りバスツアー検診◆



バスの送迎で札幌対がん協会に出向き、日帰りで検診を受けられま
す。

子宮がん検診・骨粗しょう症検診も同日に受けることが出来るので、
便利です。

★対 象 者 子宮がん検診：20歳以上の町民の方
乳がん検診：40歳以上の町民の方
2年に1回の検診となりますので、昨年受
けていない方が対象です。

★申 込 み 受 付 10月7日（月）～10月29日（火）

★検診日・出発時間 11月6日（水）役場9：00出発

★検 診 場 所 北海道対がん協会 札幌がん検診センター

★検 診 料 金 乳がん検診（40歳代） 1,800円
乳がん検診（50歳以上） 1,500円
子宮頸部がん検診 1,600円
子宮体部がん検診 700円
婦人科超音波検診 1,000円
骨粗しょう症検診 200円

★乳がん検診の検査技師は全員女性です！★

前回バスツアー検診を利用された方からは



- ・検診の流れがスムーズ
- ・送迎があるので便利
- ・次回も是非利用したい

との感想がありました。

がん検診無料 クーポン券について

10月のがん検診、11月のバスツ
アー検診では、無料クーポン券が利用
できます！

対象の方には7月上旬にお知らせを
送っています。

この機会にぜひご利用下さい！

