

ンター通信

保健師担当
地区一覧

地	区	保健師
本町・元町・栄原・共立		野 澤
豊津・豊野・新開町・旭浜・陣屋町		對 馬
栗岡・美畑・双葉・大峯・知来・蕨岱・花岡・中の沢・南栄町・平里・静狩・温泉町・大町		中 村
富野・大浜・曙町・高砂町・茶屋川・国縫		澤 口

高校で育児体験を実施しました!

赤ちゃんとふれあい、お母さん達から妊娠中や子育ての話を聞くことで、命の大切さについて考えたり、自分自身の成長を振り返る機会にもなりました。

参加した生徒からは赤ちゃんの表情や様子見て「かわいい」「大切な存在」、またお母さんの話を聞き「子育ては楽しいこともあるけど、辛いこともあることがわかった」「自分が親になったら頑張りたい」等の感想が聞かれ、赤ちゃんや育児のイメージが身近になり、親の責任についても考える機会になったようです。

協力して頂いたお母さんからは「これからも赤ちゃんやこどもに触れ合う機会を大切にしたいです」等の感想があり、生徒さんを優しく見守る気持ちが伝わってきました。

今回の授業で体験した気持ちを今後も繋いでいって欲しいですね(^o^)



11月の検診

1歳6か月児・3歳児・5歳児健診対象のお子さん

★健診日時 11月20日(火) 午後1時～1時30分

★対 象 者

1歳6か月児健康診査

平成29年3月19日～平成29年5月20日生まれ

3歳児健康診査

平成27年9月1日～平成27年10月31日生まれ

5歳児健康診査

平成25年9月19日～平成25年11月20日生まれ

※対象者には個別通知をします。通知がない場合はご連絡をお願いします。

高齢者インフルエンザ予防接種事業のお知らせ

町では、高齢者インフルエンザ予防接種事業を実施しています。

★対 象 者 ①接種日に満65歳以上の方
②60歳から64歳で心臓・腎臓・呼吸器に重い病気のある方

★接種日時 12月6日(木)までの月曜日と木曜日
午後1時30分～1時50分受付
(接種開始：午後2時)
・接種日毎に定員になり次第締め切ります。
・接種日の10日前までにお申し込みください。

★申込み先 長万部町立病院 (☎2-5611)

★接種場所 長万部町立病院

★接種料金 2,500円
(3,500円のうち町で1,000円を助成します)

【長期入院・施設入所されている方】

インフルエンザ予防接種の期間に、施設入所されている方や長期入院中の方など町立病院で接種を受けられない方は、必ず接種前に保健福祉課窓口にお問い合わせください。

どどるの相談あります

・・・一人で悩まないで・・・



★日 時 12月13日(木) 午後1時30分～3時30分

★場 所 八雲保健所

※予約が必要です。1週間前までに予約をしてください。

☎0137-63-2168



記載事項のお申し込み・お問い合わせは

保健福祉課健康推進係（保健師）

☎ 2 - 2 4 5 4

乳がん・子宮がん検診実施中



3カ所の医療機関で通年で検診を実施しています。
ご都合に合わせて受ける事ができますので、定期的な健康管理に役立てましょう！

★対象者 乳がん検診：40歳以上の町民の方
子宮がん検診：20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。

★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
骨粗しょう症検診 200円
子宮がん検診（頸部） 1,600円
子宮がん検診（体部） 700円

★検診の申込み

- ①保健福祉課健康推進係に受診券（対象の方はクーポン券）を申請する
- ②病院に、検診日時の予約をする
- ③予約日に、受診券かクーポン券を持って受診する
- ④検診後病院の会計にて検診料金を支払う

◆長万部町立病院（乳がん検診・骨粗しょう症検診）◆

《乳がん検診・骨粗しょう症検診共通》

検診
日時

火・金曜日 午前10時30分～

※受けたい検診日の5日前までに保健福祉課健康推進係に予約してください。病院への予約は必要ありません。

◆八雲総合病院（乳がん検診・子宮がん検診）◆

予約電話番号：0137-63-2185（代表）

《乳がん検診》

検診
日時

①月～金曜日→午前10時00分～

②月・水・金曜日→午後1時15分～

《子宮がん検診》

検診
日時

①月・火・木・金曜日→午前8時45分～11時30分

※予約は必要ありません、検診実施日に直接受診可能です。

◆伊達赤十字病院（乳がん検診・子宮がん検診）◆

予約電話番号：0142-23-2211（内線221）

《乳がん検診》

検診
日時

①月～金曜日→午前8時30分／午前9時30分

②水・木曜日→午後1時30分

《子宮がん検診》

検診
日時

①火～金曜日→午前8時30分／午前9時30分

②月曜日→午後1時30分

★今年度無料クーポン券の対象の方へ

乳がん・子宮頸がん検診クーポン券は、上記に記載されている検診で利用可能です。

平成31年3月末まで利用可能です。利用期限が迫っています！忘れずにご利用ください！



健康セ

すくすく教室。 のびのび広場にて ヨガを実施しました！

10月17日(水)、函館スタジオジョイからインストラクターの蛸沢先生を講師に迎えふれあい健康センターで運動教室を行いました。

お母さん達は、ストレッチ・ヨガ・体力測定などを実施しました。

毎日の育児で知らないうちに体に疲れがたまっているお母さんも、運動後は体も心も少し軽くなったようです(*^o^*)



今回のテーマは「感染予防について」です

次回すくすく教室・のびのび広場

★日時 12月19日(水) 午前10時～11時30分

★会場 子育て支援センター（さかえ保育所）

★対象 生後3ヶ月以降の子と親、妊婦さんも歓迎！

子育ての楽しさや心配ごとなどをお母さん同士で情報交換しませんか？

妊婦さんも先輩お母さんの話を聞いたり、赤ちゃんとふれあう機会としてぜひ遊びにいらしてくださいね。

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。