

# 1月の検診

## 乳がん・骨粗しょう症検診のお知らせ

- ～長万部町内では今年度最後の検診です。忘れずに受けましょう！～
- ★対象者 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 受けた日検診日の5日前までに予約してください。
  - ★検診日時 1月16日(金)～3月31日(火)までの火曜日と金曜日 10:30～
  - ★検診場所 長万部町立病院 外科外来
  - ★検診料金  
乳がん検診 40歳代 2,000円  
乳がん検診 50歳以上 1,700円  
骨粗しょう症検診 200円

# 2月の検診

## がん検診・肝炎検査・特定健診・健康診査を実施します

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。  
病気の变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	検診受付時間
2月20日(金)	検診は時間予約制です 6:30～7:30・7:30～8:30 8:30～9:30・9:30～10:30

- ・受けた日検診日、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 ぶ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	35歳以上の町民	1,400円	胃バリウム検査
肺がん検診	40歳以上の町民	400円	胸部レントゲン検査
大腸がん検診	40歳以上の町民	400円	便潜血反応検査
前立腺がん検診	50歳以上の町民	2,000円	血液検査
肝炎検査	40歳から70歳までの町民で、過去に1度も検査を受けたことがない方	700円	血液検査(B型とC型肝炎検査)
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
健康診査	後期高齢者医療受給者 生活保護受給者		

※肝炎検査以外は、年に1度の検診です。

### 申し込み

平成27年1月20日(火)～2月6日(金)  
※記載事項の申込・問い合わせ先に準ずる

# ぶれあい健康センター通信

## 長万部中学校で赤ちゃん講座を開催しました！

11月21日、長万部中学校の3年生46人を対象に赤ちゃん講座が開催されました。  
当日は、3年生の担任の先生と養護教諭の先生が中心になり、講義と実習が行われました。



養護教諭と、町保健師による妊娠から出産までの様子、赤ちゃんの特徴や抱き方について説明を聞いた後にグループに分かれ、

- ① 妊婦の疑似体験
  - ② お人形を使った、抱っことおむつ交換
  - ③ 乳幼児とのふれあい(抱っこ体験)
  - ④ お母さんから妊娠や子育てについて話を聞く
- について、ローテーションしながら体験しました。  
乳幼児とのふれあいと、お母さんからお話を聞く場面では、4組6人のお母さんとお子さんにも協力していただきました。  
中学校では、初の取り組みでしたが、男女とも積極的に実習に参加していました。

赤ちゃんや子どもに抱する時の生徒さんの笑顔が印象的でした。  
将来、すてきなパパとママになってくれる事を感じさせてくれる嬉しい時間でした。



### 中学生の感想から…

- 妊婦さんはとても大変だなと思いました。自分の命にもう1つの命があって、すごく不思議な感じがしました。これからは、他の命自分の命を大切にしていきます。
- 子育てが大変だと言うことがわかり、自分を育ててくれた親をありがたく感じた。
- これから、妊婦さんや大変そうにしている人がいたら、手助けをしようと思ったし、バスや電車に立っている人がいたら、変わってあげようと思った。
- 命を粗末に扱わず、大切にすることを感じた。
- 子育ては大変だが、楽しみもある事がわかった。
- 今回の授業で、自分や他人の命はとても大切だし、育てられる時は愛情を持って育てるのがわかった。
- 1日でも大変そうな妊娠、子育てを何年も大切にされ、今があるという命の大きさ、小さくてもとても大きな声で泣く生命力に命の大切さを改めて実感しました。
- 今までは「何だよ～面倒だな～」と他の人相手に思っていたのですが、もっと向き合って相手のことをしっかり見るのが大切だと思いました。

また、お母さんから話を聞いて、(子どもに対する)すごい愛を感じられた。  
質問に答える時、幸せそうな顔をしていた。  
などの感想もあり、自分たちも愛情いっぱい育てられたことを感じていました。

検診のお申し込み、お問い合わせは 町民健康課 健康福祉グループ 保健師 ☎2-2453(内線113番)

## 乳幼児：水痘予防接種 成人：肺炎球菌ワクチン の申請はお済みですか？

平成26年10月から、乳幼児の水痘ワクチンと65歳以上の肺炎球菌ワクチンが定期接種になりました。  
今年度対象になる方へは、個別の案内文書を送っていますので、対象の方はお忘れなく、役場に申請してください。  
水痘の対象者のうち3歳以上の方と、肺炎球菌ワクチンの案内が行っている方は、27年3月中までに接種しなければ、その後は定期接種として接種することができなくなりますので、ご注意ください。  
お問い合わせは、保健師まで。

### 八雲がんサロンのお知らせ がん患者さんと家族のための茶話会

道では、八雲総合病院にて がん患者さんや家族が悩みを語り合い、体験を分かち合いながら情報交換し、支え合う場を提供しています。

当日は、「茶話会」と専門職による「がんミニ講演会」を開催しています。この後の開催日は以下の通りです。

- ◆開催日時  
第6回 平成27年1月23日(金) 13:30～15:30  
第7回 平成27年2月20日(金) 13:30～15:30  
第8回 平成27年3月13日(金) 13:30～15:30

- ◆開催場所  
八雲総合病院
- ◆実施期間・共催  
北海道対がん協会・八雲町  
八雲総合病院・八雲保健所

- ◆お問い合わせ  
八雲総合病院 医事課医療相談係 ☎0137-63-2185  
北海道対がん協会 ☎011-750-5133

長万部町の方も対象です。  
参加無料！



## 長万部 健康ダイヤル24 開設中です！

健康、医療、育児、介護に関する電話相談を24時間無料で実施しています。委託先の専門相談員(医師、看護師など)が病気やケガの対処法を助言するほか、必要に応じて医療機関の紹介を行っています。

「赤ちゃんが突然夜中に熱を出した！」「飲んでる薬について詳しく知りたい」などお困りのことがありましたら、下記のフリーダイヤルにお気軽にご相談ください。携帯電話からも使用可能です。

☎ 0120-558-048  
ここは おしゃまんべ

役場開庁時は町保健師、栄養士も相談を受けています。

