

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・藤岱・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

長万部中学校で 赤ちゃん講座を開催しました！

11月18日長万部中学校の3年生を対象に今年で3回目となる、赤ちゃん講座が開催されました。

当日は、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＆お母さんへのインタビューについて、ローテーションしながら体験しました。

シュミレーター
で妊婦さん体験。
予想以上にお腹
が重たくなることが
分かったようです。



赤ちゃん人形を使って、抱っこやおむつ交換を体験。
女子も男子も真剣な様子で取り組んでいました。



実際の赤ちゃんに触れ合い！

最初は緊張しながらも和やかな雰囲気ですぐに赤ちゃん
と触れ合うことができていました。
お母さんからは出産や育児の大変さを聞くことができ、
とても勉強になったようです。

赤ちゃんを抱える時の生徒さん達の笑
顔が印象的でした。
将来、すてきなママとパパになってく
れることを願っています♪



成人肺炎球菌ワクチンの 申請はお済みですか？



平成25年10月から、65歳以上の肺炎球菌ワクチン
が定期接種となりました。

今年度対象の方には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。

案内が届いていた方は、29年3月末までに接種し
なければ、その後は定期接種として接種できなくな
りますので、ご注意ください。

1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 1月17日(火) 午後1時～午後1時30分

★対 象 者

1歳6か月児健康診査

平成27年5月16日～平成27年7月17日生まれ

3歳児健康診査

平成25年11月1日～平成25年12月31日生まれ

5歳児健康診査

平成23年11月1日～平成23年12月31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。

こころの相談あります

★日 時 2月9日(木) 午後1時30分～午後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

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。

お困りのことがありましたら、下記のフリーダ
イヤルにお気軽に相談ください。

☎0120-558-048

ここは おしゃまんべ

携帯電話からも使用可能です。ぜひご利用ください！



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います。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	検診受付時間
2月17日(金)	検診は時間予約制です 午前6時30分～7時30分 午前7時30分～8時30分 午前8時30分～9時30分 午前9時30分～10時30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・健康診査を受ける方は、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 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	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	200円	便潜血反応検査
前立腺がん検診	50歳以上の男性	600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
健 康 診 査	後期高齢者 医療受給者 生活保護受給者		血液検査 医師の診察

※肝炎検査以外は、年に1度の検診です。

★申し込み 1月10日(火)～2月8日(水)

1月の検診

乳がん・骨粗しょう症検診のお知らせ

～長万部町内で受けることができます。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 受たい検診日の5日前までに予約してください。
- ★検診日時 1月10日(火)～3月31日(金)までの火曜日と金曜日
午前10時30分～
- ★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 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

今年度がん検診無料クーポン券の対象の方へ

無料クーポン券の利用はもうされましたか?

胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診クーポン券は2月17日の検診で利用できます。

今年度の対象の方は、下記の生年月日の方です。

◆対象：平成28年4月20日時点で町民の方で下記の生年月日の方

年齢	生 年 月 日	対象となるがん検診
20歳	平成7年4月2日～平成8年4月1日	子宮がん検診 (女性) 乳がん検診 (女性) 大腸がん検診 (男女) 胃がん検診 (男性) 前立腺がん検診 (男性)
25歳	平成2年4月2日～平成3年4月1日	
30歳	昭和60年4月2日～昭和61年4月1日	
35歳	昭和55年4月2日～昭和56年4月1日	
40歳	昭和50年4月2日～昭和51年4月1日	
45歳	昭和45年4月2日～昭和46年4月1日	
50歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日	
55歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日	
60歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日	

利用期限は今年度限りです。忘れずにご利用ください!

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、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。事前申込みは必要ありませんので、お気軽にご参加ください。

- ◆開催日時 第5回 平成29年1月18日(水) 午後1時30分～午後2時30分
- ◆開催場所 八雲町総合保健福祉施設シルバープラザ
- ◆対 象 がん患者さん・がん患者さんのご家族
- ◆お問い合わせ

・八雲総合病院 医事課医療相談係 ☎0137-63-2185
 ・八雲町保健福祉課 健康推進係 ☎0137-64-2111
 ・北海道八雲保健所 保健予防係 ☎0137-63-2168
 【実施機関：八雲総合病院・八雲町・八雲保健所】