

インター通信

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

子どもの定期予防接種相談

予防接種が必要なお子さんの保護者の方へ、事前に個別通知をしています。

◎日時 3月5日(月)～3月9日(金)
9:00～17:15

◎場所 保健福祉課 健康推進係

◎内容 平成30年度の予防接種について、個別に説明します。

※過去の接種歴を確認するため母子健康手帳をご持参ください。



24時間 電話健康相談 開設中です! 長万部健康ダイヤル24

☎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!

長万部町では、健康・医療・育児・介護に関する電話健康相談を実施しています。

24時間無料で、委託先の専門相談員（医師・看護師など）が病気やケガの症状についての相談にのっています。

こんな時、ご相談下さい!

不意の怪我の応急手当、
どうすればいい?

急なめまい。
何科を受診すればいい?

血液検査の結果について
詳しく知りたい!

赤ちゃんの夜泣きが
なかなか止まらない…。
どうしたらいいの?



子どもが急に熱を出した、
すぐ病院に行った方がいい?

家族の介護のことで相談したい。

役場開庁時は町保健師、栄養士も相談を受けています。(TEL:2-2454)

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：3月20日(火) 13:00～13:30

●対象者：

1歳6か月児健康診査

平成28年7月17日～平成28年9月20日生まれ

3歳児健康診査

平成27年1月1日～平成27年2月28日生まれ

5歳児健康診査

平成25年1月17日～平成25年3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。



フィットネス教室 ～男性のための筋力アップ教室～

♠日時：平成30年3月15日(木)
午後6時30分～8時

♠内容：筋力アップトレーニング
チューブトレーニング
ストレッチ体操

※チューブトレーニングに使用する用具は会場に用意しています。

☆対象 長万部町民で、男性20歳～64歳の方
※運動制限の指示がない方

☆定員 20名(先着順)

☆場所 長万部町ふれあい健康センター
(長万部町役場内)

☆参加料 無料

☆持ち物 タオル・水分補給用の飲物(上靴は不要です)
※動きやすい服装でお越し下さい

☆申込期間 平成30年3月6日(火)まで
(定員に満たない場合は申込みを延長します!)

☆申込方法 電話または窓口



3月は自殺対策強化月間です。



いのち
支える

厚生労働省では例年、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めています。

～あなたにも出来る自殺予防のための行動～

気づき

家族や仲間の変化に
気づいて声をかける

本人の気持ちを
尊重し、耳を傾ける

傾聴

つなぐ

早めに専門家に
相談するよう促す

温かく寄り添いながら
じっくりと見守る

見守り

気持ちや悩みを聞いてほしい方のための相談ダイヤル
全国共通 24時間通話料無料
よりそいホットライン

0120-279-338

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）

☎2-2454



健康セ

大腸がん検診を実施します

- ★対象者 40歳以上の町民の方
- ★申込み受付 3月5日(月)～3月9日(金) 8:30～17:15
- ★検体提出日時 3月12日(月)～3月16日(金) 8:30～15:30
- ★検体提出問診場所 保健福祉課 健康推進係
- ★検診料金 200円（検体提出時にお支払い下さい）
- ※生活保護を受けている方は無料です
- ※無料クーポン券をお持ちの方は、申込時にその旨お伝えください

乳がん・子宮がん検診受付中

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

★申込みから受診まで

- 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)◆ 予約電話番号：01377-2-2454

乳がん検診 骨粗鬆症検診	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	①月～金曜日→10:00～ ②月・水・金曜日→13:15～
子宮がん検診	①月・火・木・金曜日→8:45～11:30 ※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	①月～金曜日→8:30/9:30 ②水・木曜日→13:30
子宮がん検診	①火～金曜日→8:30/9:30 ②月曜日→13:30

成人の肺炎球菌予防接種のお知らせ

平成29年度 対象の方へ

平成29年度対象者の方は、定期予防接種として助成が受けられる期日が3月30日迄です。

平成30年度 対象の方へ

★対象年齢

1. 平成30年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方
※経過措置の平成26年度から30年度までの間は年度ごとに対象となる方は変わります。
下記の表は平成30年度の対象者です。

対象年齢	生年月日
65歳	昭和28年4月2日生～昭和29年4月1日生
70歳	昭和23年4月2日生～昭和24年4月1日生
75歳	昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生
80歳	昭和13年4月2日生～昭和14年4月1日生
85歳	昭和8年4月2日生～昭和9年4月1日生
90歳	昭和3年4月2日生～昭和4年4月1日生
95歳	大正12年4月2日生～大正13年4月1日生
100歳	大正7年4月2日生～大正8年4月1日生

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有する方

★接種方法

成人用23価肺炎球菌ワクチン（ニューモボックス）を1回接種

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

★接種医療機関

長万部町立病院

※平成30年度接種対象者の方には、後日個別に接種勧奨通知を送付します