

# インター通信

## ◆健診等に来所される際のお願い◆

- ★感染症予防のため、以下の点にご協力をお願いします。
- 来所の際は必ずマスクを着用する。
- 当日は発熱、体調の変化がないことを確認し来所する。
- 会場の混雑緩和のため、必ず受付時間に来所する。

## 長万部小学校で たばこ・お酒・薬物について お話をしました！

長万部小学校6年生の授業で「自分のからだを大切にしよう」をテーマに、たばこ、お酒、薬物についてお話をしました。

児童からは、「たばこやお酒が体に悪いことがわかったので大人になっても吸わない。」といった感想がきけました。

たばこ、お酒、薬物はお子さんの成長を妨げるものです。これらは大人が子どもに与える影響も大きいものとなっています。

これからも自分のからだを大切に過ごしてもらうために、大人も配慮した生活を送りましょう。



## 北海道 こころの健康LINE相談

北海道庁では、日頃の生活、学校において悩みを抱えた方々が安心して気軽に相談できるLINE相談の窓口を開設しています。

- 新型コロナウイルスが不安でストレスがたまる
  - 学校に行けない、友達や家族に相談できない
  - 仕事がなくなった、収入が減った、生活が苦しい
  - 将来が見えない、生きているのがつらいなど
- どんな悩みでもかまいません。日常生活や学校生活に関する悩みご相談ください。

**【利用時間】** (平日・土・祝日) 18:00~22:00  
(日) 18:00~翌朝6:00

**【LINEアカウント名】**  
北海道こころの健康SNS相談窓口

**【利用方法】**  
次の①~②の方法から、友だち登録をしてご利用ください。

- ①QRコードを読み取る
- ②LINEアプリで「北海道こころの健康SNS相談窓口」を検索



## 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～

接種は令和4年3月末までです。  
対象の方はまずは役場に申請を！



### 対象年齢

1. 令和3年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方  
※対象者は毎年度変わります。  
下記の表は令和3年度の対象者です。

対象年齢	生 年 月 日
65歳	昭和31年4月2日生～昭和32年4月1日生
70歳	昭和26年4月2日生～昭和27年4月1日生
75歳	昭和21年4月2日生～昭和22年4月1日生
80歳	昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生
85歳	昭和11年4月2日生～昭和12年4月1日生
90歳	昭和 6年4月2日生～昭和 7年4月1日生
95歳	大正15年4月2日生～昭和 2年4月1日生
100歳	大正10年4月2日生～大正11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

### 注意事項

- ①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。
- ②コロナウイルスワクチンと肺炎球菌ワクチンの接種間隔については、原則2週以上空ける必要があります。

### 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

## 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室  
健康推進係(保健師)

☎2-2454



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。



# 健康セ

## ずくずく教室 のびのび広場に集まれ～!

2月のテーマは  
「感染症に負けないために！」  
です。

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、赤ちゃんとおしゃまんべ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。

★日時 2月16日(水) 午前10時～11時30分

★会場 子育て支援センター

★対象 生後3ヶ月以降の子と親

## 乳幼児歯科相談・フッ化物塗布(予約制)

歯科医師による健診、歯科衛生士によるブラッシング指導・フッ化物塗布、保健師による生活、食事に関する相談・指導を行っています。

上下4本ずつ歯が出てきたらフッ化物を塗布し、むし歯を予防しましょう。



なお、相談当日の混雑緩和のため、**予約制**でご案内します。

相談を希望される方は、**2月14日(月)までにご連絡ください。**



☆日時 2月24日(木) 13:00～

☆会場 ふれあい健康センター

☆持ち物 歯ブラシ・タオル・母子健康手帳

## 女性の検診 乳がん・子宮がん 骨粗しょう症検診実施中

下記の医療機関で通年で検診を実施しています。  
町で発行している**受診券**を持参すると**格安**で検診を受けることができます！

### ★対象者

乳がん検診・骨粗しょう症：40歳以上の町民の方

子宮がん検診：20歳以上の町民の方

※乳がん・子宮がん検診は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**の申請をする。
- ②病院に、検診日時の予約をする。
- ③予約日に、受診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(骨粗しょう症検診)◆

骨粗しょう症検診	火・金曜日 午前10時30分～ 受たい検診日の7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
----------	--

町立病院の乳がん検診は都合により終了しました。  
今後も実施予定はありません。

### ◆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→午前10:00まで ※要予約
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)◆

検診予約の電話番号：0142-23-2211(内線221)

乳がん検診	①月～金曜日→ 9:30/10:00 ②月～木曜日→ 13:30
子宮がん検診	①毎週 月～木曜日→10:00/11:00

乳がん・子宮がん検診無料クーポン券対象の方も上記の医療機関で受診することができます！  
2月末が期限となっている医療機関がありますので利用時にはご確認ください。