

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。

ふれあい健康センターの事業をご利用ください

ふれあい健康センターでは1年をとおして下記の事業を実施しています。

	事業名	対象者	実施日程	会場
母と子	乳児健康診査 乳幼児健康相談	生後4ヵ月・7ヵ月 10ヵ月・1歳の乳幼児 ※対象者には個別通知	毎月第4金曜日	ふれあい健康センター
	1歳6ヵ月児・3歳児・5歳児 健康診査	1歳6ヵ月・3歳・5歳の幼児 ※対象者には個別通知	5月・7月・9月・11月・ 1月・3月の第3金曜日	
	歯科相談 フッ化物塗布	歯が上下4本ずつ生えて から入学前 ※2歳児のみ個別通知	5月・8月・11月・2月の 第4木曜日	
	すくすく教室・ のびのび広場	妊婦、乳幼児とその保護者	偶数月の第3水曜日	
成人	エキノコックス検診	小学校3年生以上	7月27日(木)	長万部町立病院
	子宮がん検診	20歳以上の女性	7月頃～通年	八雲総合病院
			5月頃～通年	伊達赤十字病院
			5月20日(土)、10月13日(金) 11月10日(金)	札幌がん検診センター (バスツアー検診)
			9月11日(月)	ふれあい健康センター
	乳がん検診	40歳以上の女性	7月頃～通年	八雲総合病院
			5月頃～通年	伊達赤十字病院
			5月20日(土)、10月13日(金) 11月10日(金)	札幌がん検診センター (バスツアー検診)
			9月11日(月)	ふれあい健康センター
	骨粗鬆症検診	40歳以上の女性	通年	長万部町立病院
			5月20日(土)、10月13日(金) 11月10日(金)	札幌がん検診センター (バスツアー検診)
	特定健診	国民健康保険加入の40歳 以上の方 ※対象者には個別通知	通年	長万部町立病院 黒松内町国保くろまつない ブナの森診療所 洞爺ファミリークリニック
			8月19日(土)、10月19日(木) 2月8日(木)	ふれあい健康センター
	後期高齢者健康診査	後期高齢者保険に 加入している方 ※対象者には個別通知	8月19日(土)、10月19日(木) 2月8日(木)	ふれあい健康センター
	健康診査	生活保護を受けている 40歳以上の方		
	肝炎検査	40歳以上		
	胃がん検診	40歳以上		
	肺がん検診	40歳以上		
	前立腺がん検診	50歳以上の男性		
人	大腸がん検診	40歳以上	6月12日(月)～16日(金) 8月19日(土)、10月19日(木) 2月8日(木)	ふれあい健康センター
			9月11日(月)～9月15日(金) 3月11日(月)～3月15日(金)	
			7月13日(木)～7月15日(土)	
健康教室	頭の検診	40歳以上	毎週水曜日	ふれあい健康センター
	げんき倶楽部	全町民	通年	要望先
	げんき出前教室	全町民	通年	要望先
	健康料理教室	おおむね65歳以上の方とその家族	通年	要望先
保健相談・栄養相談		全町民	役場窓口・電話で随時	

詳細については、随時広報でお知らせします。

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

歯みがき教室を実施しました！

2月にいすみ保育園、さかえ保育所、マリア幼稚園で歯みがき教室を実施しました。むし歯おばけムッシュパンの物語と、上手な歯みがきのポイントについてお話ししました。

綺麗に歯を磨くポイントは3つあり、①歯を全部磨くこと②むし歯になりやすいところを覚えること③仕上げ磨きをすることです。

今年も実際にブラッシングを行うことはできませんでしたが、みんなで歯みがきの真似を行い、正しい歯みがきの仕方について確認しました。子どもだけでは完璧に歯を磨くことは難しいので、仕上げ磨きも忘れずに行いましょう！

町では、就学前のお子さんを対象にフッ化物塗布を行っています。フッ化物塗布は、乳幼児のむし歯を半減させたという報告もあり、特に子どもへのむし歯予防効果が高いとされています。

詳しくは右ページの歯科相談、フッ化物塗布の欄をご覧ください。



歯みがきのポイント3つ、覚えてかな？



ムッシュパンが悪さをしている！



歯ブラシもきれいに洗おう！

すくすく教室・のびのび広場に集まれ～！

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？のびのび広場と合同の実施です。

妊婦さんも先輩お母さんの話を聞いたり、赤ちゃんとい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。

☆日時 4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ヶ月以降のお子さんと保護者。妊婦さんも歓迎！

☆テーマ どうする？イヤイヤ期～生活リズムをつける工夫～

成人男性の風しん対策(令和6年度まで延長)のお知らせ

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の方を対象に、風しんの抗体検査、予防接種の助成を行っています。期限が令和7年3月31日まで延長されました。

他市町村から転入された方などで長万部町のクーポン券をお持ちでない方はご連絡ください。

成人の肺炎球菌予防接種のお知らせ

日常的に生じる成人の肺炎のうち2～3割は肺炎球菌が原因と考えられています。そのため令和元年度から令和5年度まで65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳又は100歳となる日の属する年度の初日から当該年度の末日までの方を対象に助成を行っています。

※注意：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助成の対象外となります。

令和5年度 対象の方へ

対象年齢

1. 令和5年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

※経過措置の令和元年度から令和5年度までの間は年度ごとに対象となる方は変わります。

下記の表は令和5年度の対象者です。

対象年齢	生年月日
65歳	昭和33年4月2日生～昭和34年4月1日生
70歳	昭和28年4月2日生～昭和29年4月1日生
75歳	昭和23年4月2日生～昭和24年4月1日生
80歳	昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生
85歳	昭和13年4月2日生～昭和14年4月1日生
90歳	昭和8年4月2日生～昭和9年4月1日生
95歳	昭和3年4月2日生～昭和4年4月1日生
100歳	大正12年4月2日生～大正13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

接種医療機関

長万部町立病院

※令和5年度接種対象者の方には、個別に接種勧奨通知を送付しています。

◆がん検診無料クーポン券のお知らせ◆

今年も各がん検診が無料で受けられるクーポン券を発行します！

令和5年度 対象の方へ

◆対象者：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14年4月2日～平成15年4月1日	子宮がん検診(女性)
25歳	平成9年4月2日～平成10年4月1日	
30歳	平成4年4月2日～平成5年4月1日	
35歳	昭和62年4月2日～昭和63年4月1日	
40歳	昭和57年4月2日～昭和58年4月1日	
45歳	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日	乳がん検診(女性)
50歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日	
55歳	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日	胃肺大腸がん検診(男女)
60歳	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日	

※対象年齢の方には案内文書を7月頃に送付予定です。

※無料クーポン券を利用できる医療機関は決まっています。

※伊達赤十字病院、対がん協会(札幌がん検診センター)では5月から、函館方面、八雲総合病院は7月頃から無料クーポン券利用可能予定です。無料クーポン券到着前に利用したい方はお手数ですが、ご連絡下さい。

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

