

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。

子育て中のお母さん・妊娠中のプレママさんへ 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、赤ちゃんとお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 6月21日（水）午前10時～11時30分
- ☆会 場 ふれあい健康センター（長万部町役場内）
- ☆対 象 生後3ヶ月以降の子と親、妊婦さんも歓迎！
- ☆テーマ 親子でできるおやつ作り！



親子でできる簡単なおやつ作りを紹介します。持ち物は特に必要ありません。

お子さんにとっておやつは第4の食事です！

食事では補い切れない栄養をおやつからとりましょう♪



新型コロナウイルス感染症について

令和5年5月8日から、新型コロナウイルス感染症の法律上の位置づけが、「5類感染症」となり、季節性インフルエンザと同様の取扱いになりました。

外出等の制限がなくなりました

- 症状が落ち着くまで、外出等は必要最小限とし、自宅等で安静にすることをおすすめします。
- 出勤などについては、それぞれの職場などにご確認ください。
- 同居家族等の外出自粛要請は行いません。
- これまで外出自粛を求めることで行ってきた次の対応は、終了しました。
 - ・食品及び日用品の無料配付
 - ・宿泊療養施設
 - ・自宅療養証明書の発行

「症状が悪化」「対応に悩む」 そんな時はどうしたら？

- 「症状が悪化した」などの場合は、診断を受けた医療機関または下記にご相談ください。
- 「その他、対応や相談先に悩む」場合も、下記にお電話ください。

北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター
0120-501-507（24時間）

外出を控えることが推奨される期間

（一律に外出の自粛を要請するものではありません。）

0日目 … 5日目 … 6日目 … 10日目

発症日を0日目として5日間かつ

症状軽快から24時間経過

10日間が経過するまでは、マスクの着用やハイリスク者との接触は控えていただくことを推奨しています。

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

乳がん・子宮がん・ 骨粗しょう症検診実施中!

現在2カ所の医療機関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!
※八雲総合病院での検診受付開始は7月頃を予定しています。

★対象者 乳がん検診: 40歳以上の女性で町民の方
子宮がん検診: 20歳以上の女性で町民の方
※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。
骨粗しょう症検診: 40歳以上の女性で町民の方

★検診料金

◇乳がん検診 40歳代	1,900円	} 令和5年度 クーポン券対象者は 無料
◇乳がん検診 50歳以上	1,600円	
◇子宮がん検診(頸部)	1,800円	
◇子宮がん検診(体部)	700円	
◇骨粗しょう症検診	300円	

★申込みから受診まで

- ①保健福祉課健康推進室に受診券(無料クーポン券対象の方はクーポン券)を申請する
- ②病院に検診日時を予約する
- ③予約日に受診券か無料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(骨粗しょう症検診) ◆

予約電話番号: 01377-2-2454

	火・金曜日 午前10時30分
骨粗鬆症検診	受たい検診日の7日前までに保健福祉課健康推進室に予約してください。 病院への予約は必要ありません。

◆ 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→9:30～ ②月～木曜日→13:30
子宮がん検診	①月～木曜日→10:00～

※受ける検査の種類や予約状況により開始時間が異なります。検診の詳細な日程は予約時に確認ください。

令和5年度

がん検診無料クーポン券対象の方

4月号広報でお知らせした、がん検診無料クーポン券は対象の方に7月上旬に発送する予定です。
上記の検診でも使用できますので、申込時にクーポン券を発行いたします。

頭の検診について

脳卒中(脳出血・脳梗塞・くも膜下出血等)や脳血管性認知症の早期発見のため人体に影響を与えないモービルMRIという検査方法で「頭の検診」を実施します。
また、MRIに加え、血管の撮影を行うMRAも実施します。

健康チェックのひとつとして受けてみませんか?

★対象者 40歳以上の町民の方
※ペースメーカーを装着している方は検査できません。

★申込み受付 6月14日(水)午後1時 役場窓口にて開始
※電話受付は6月15日(木)から行います。

★検診日時及び定員

検 診 日	受付時間
7月13日(木) 7月14日(金)	① 8:15
	② 8:55
	③ 9:35
	④ 10:15
	⑤ 10:55
	⑥ 12:45
	⑦ 13:25
	⑧ 14:05
	⑨ 14:45
	⑩ 15:25
7月15日(土)	① 8:15
	② 8:55

- ・希望する日にちと時間を予約してください。
- ・各時間、定員は3名です。
- ・検診は8時30分から開始します。
検診時間は1人約15分です。
- ・15日(土)は、8時55分の受付が最後です。
※当日は、予約時間までに会場にいらしてください。

★検診場所 ふれあい健康センター

★検診料金 5,000円(料金は検診当日の支払いになります)

大腸がん検診を実施します!

★対象者 40歳以上の町民の方

6月5日から受付!

★申込日時

6月5日(月)～6月9日(金) 8:30～17:15

★検体提出日時

6月12日(月)～6月16日(金) 8:30～15:30

★申込・提出場所 保健福祉課 健康推進室 健康推進係

★検診料金 400円(検体提出時にお支払い下さい)

- ※1 生活保護を受けている方、無料クーポン券対象の方は無料で検診を受けることができます。
- ※2 肺がん・胃がん・前立腺がん検診も受診されたい方は8月・10月・2月の検診で同時に受けることができます。また、大腸がん単独の検診は9月、3月にもあります。

