

# ンター通信

## ◆健診等にこられる際のお願い◆

☆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、マスクを着用する。
- 当日は、発熱や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、受付時間に来所する。

## 乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診



3月1日～8日は女性の健康習慣です。検診を受けたことがない方や、しばらく受診していない方はぜひご検討ください。

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** ①乳がん検診：40歳以上  
(女性町民) ②子宮がん検診：20歳以上  
③骨粗しょう症検診：40歳以上  
※①、②は2年に1回の検診となります

**検診料金** 乳がん検診 40歳代 2,000円  
乳がん検診 50歳以上 1,700円  
子宮がん検診(頸部) 1,800円  
子宮がん検診(体部) 800円  
骨粗しょう症検診 400円

**検診の申込み** ①保健福祉課健康推進係に受診券発行の申請をする  
②病院に検診日時予約をする  
③予約日に受診券を持って受診する  
④検診後、病院の会計で検診料金を支払う

**検診場所や日時は下記のとおりです**

### ◆八雲総合病院◆

予約電話番号：0137-63-2185(代表)

乳がん検診	火・木曜日→午前中(要予約)
子宮がん検診	月・火・木・金曜日→9:00～11:30
	※子宮がん検診のみの場合は予約の必要はなく、検診実施日に直接受診可能

### ◆伊達赤十字病院◆

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～ ②月～木曜日→13:30
子宮がん検診(頸部)	①月～水曜日→9:00～ ②木曜日→9:30～

※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ので、検診の詳細な日程は予約時に確認ください

※乳がん、子宮がん検診(頸部)ともに予約が必要

### ◆長万部町立病院◆

骨粗しょう症検診	月～金曜日→10:30～ ※受診希望日の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)
----------	--

## 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2日(月)～3月6日(金)  
8:30～17:15  
**検体提出日時** 3月9日(月)～3月13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** 400円(検体提出時にお支払いください)  
※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



## 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**今月中まで**です。対象の方はまずは役場に申請を！

### 対象年齢

1. 令和7年度中に、65歳になる方  
※対象者は毎年度変わります

対象年齢	生年月日
65歳	昭和35年4月2日生～昭和36年4月1日生

2. 60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓、呼吸器機能の障がい、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障がいを有する方

**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助成の対象外となります。

- ②コロナウイルスワクチンと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〕

**接種場所** 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 おしやまんべ

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

## 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13日(金) 13:00~

**対象児**

**1歳6か月児健康診査**

令和6年7月17日~令和6年9月13日生まれ

**3歳児健康診査**

令和5年1月17日~令和5年3月13日生まれ

**5歳児健康診査**

令和3年1月17日~令和3年3月13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。

## 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へ、3月に令和8年度の『定期予防接種通知書』を送付いたします。

保護者の方は『母子健康手帳』と『定期予防接種通知書』をみて、お子さんの予防接種を確認してください。



予防接種に関して、相談がある方は保健福祉課健康推進係までご連絡ください。



## 3月は自殺対策強化月間です



厚生労働省は、例年、自殺者数の多い3月を「自殺対策強化月間」とし、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて、相談事業及び啓発活動に取り組んでいます。

**【悩みを抱えている方へ】**

3~4月は進学や就職、転勤等により取り巻く環境が変化し、大変忙しくなりやすい時期です。不安やつらい気持ちはひとりで抱えずに家族や友人など身近な人に相談してみましょう。

**【「身近な人の様子がいつもと違う」・・・悩んでいる人を見かけたら】**

○**気づき** 家族や仲間など身近な人が悩んでいることに気づいたら、「眠れている?」「つらそうだけれども、どうしたの?」等声をかけることが大切です。

○**傾聴・共感** 相手が悩みを打ち明けてくれたら、話をそらしたり、否定したり、安易にはげましたりせずにじっくり話を聞きましょう。共感し、相手を大切に思う自分の気持ちを伝えてみましょう。

○**つなぎ** 早めに専門家、相談窓口を紹介してあげてください。その後も「何かあったらまた話してね」と寄り添い、温かく見守ってください。



### ☆長万部健康ダイヤル24☆

**【24時間電話健康相談サービス(年中無休)】**

ご自身やご家族の健康、医療についてのご相談を、24時間365日承ります。医師や保健師・看護師等の有資格者が対応し、ご希望に応じて医療機関の情報提供を行います。(※プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。)

**【通話料・相談料無料】** ☎0120-558-048



### ☆北海道 こころの健康 SNS相談窓口☆

ほんの少しでも不安に思うこと、疲れてしまった気持ちがあれば、ひとりで抱え込まず、気軽に相談してください。

**【相談受付期間】**

令和8年3月31日まで

**【相談時間】**

(月)~(土)18:00~24:00(受付時間は23:30まで)

(日)18:00~翌朝6:00(受付時間は翌朝5:30まで)

**【相談方法】**

QRコードを読み取り、LINE公式アカウント「北海道こころの健康SNS相談窓口」を友だち登録してご利用ください。

友だち追加

