

いきいきナビ

岩見沢保健センター（4西3 であえーる岩見沢3階） ☎25-5540

子育て総合支援センター（4西3 であえーる岩見沢3階） ☎22-3337

健ポ…健康ポイント対象事業

各種予防接種 接種料は無料

区分	対象	指定医療機関名
百日せき・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ 4種混合ワクチン	生後3カ月～90カ月未満児で、3種混合、ポリオ(生・不活化)ワクチンを1度も受けたことのない子	●あくつこどもクリニック (10西4) ☎33-8000 ●心と体の小児科 ふじねクリニック(7東6) ☎35-5617 ●さとうキッズクリニック (大和1-9) ☎20-0310 ●出口小児科医院 (7西5) ☎22-3570 ●岩見沢市立総合病院 (小児科) (9西7) ☎22-1650
麻しん・風しん 混合ワクチン 麻しんワクチン 風しんワクチン	1期…生後12カ月～24カ月未満児 2期…就学前1年間にある子	
BCG	1歳未満児	
水痘(水ぼうそう)	生後12カ月～36カ月未満児	
第Ⅱ期ジフテリア	小学6年生	
ヒブ	生後2カ月～5歳未満児	
小児肺炎球菌	生後2カ月～5歳未満児	
日本脳炎	1期：生後6カ月～90カ月未満児	
B型肝炎	1歳未満児	
ロタウイルス	生後6週～24週0日後または32週0日後までの子(接種するワクチンの種類によって異なります)	
子宮頸がん	中学1年生～高校1年生相当	

予防接種における未満児とは、誕生日の前日までのお子さんのことです

◆各指定医療機関によって、接種日時が異なりますので、必ず確認してください

◆他市町村で予防接種を受ける場合は、依頼書が必要ですので、必ず岩見沢保健センターへ連絡してください

子宮がん・乳がん検診

女性対象 要事前申込 健ポ

区分	対象	日程	場所
子宮がん検診	20歳以上	毎週火曜日	市民健康センター
乳がん検診	30歳以上	毎週月・金曜日	市立総合病院(マンモグラフィー) 市民健康センター(問診)

負担金 500円

※国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者、生活保護・市民税非課税世帯の方は無料。
申込・問合先 受診を希望する日の3週間前までに岩見沢保健センターへ

献血にご協力を

健ポ

※400mlの血液が不足していますので、400mlの献血にご協力をお願いします。

4月1日(土)・2日(日)	9:30～12:30	イオン岩見沢店(大和4-8)
	14:00～16:00	

健康一口メモ

物を言わない臓器として知られている腎臓。皆さんは、どんな働きをしているか知っていますか？

【腎臓の働き】

- 尿をつくる
尿は体の中の老廃物を出す大切な役割を担っています
- 体内のホルモンを調整する
血液の赤い成分をつくったり、血圧を上げ下げするホルモンを調整したりします。血液中の電解質を一定に保つ役割もあります

腎臓の病気は、腎臓の機能が約30パーセント以下になるまで症状が現れず、自覚しにくいことが特徴の一つといわれています。倦怠感やむくみなどに気が付き、受診したときには既に腎不全が進み、人工透析が必要な状況になって発見されるケースも少なくありません。1年に1回は健診を受診し、自分の体の状況を確認しましょう。

次回予告

腎機能を調べることができる検査項目は？



各種相談 相談は全て無料

日常生活に関する相談

◆弁護士による法律相談

- 4月7日(金)・21日(金)
市役所本庁相談室2-2(1日10人まで)
各相談日の1週間前から前日正午までの間に、市民連携室市民相談・交通防犯係(☎35-4269)へ電話予約が必要
- 祝日を除く、毎週水・金曜日
南空知法律相談センター(有明町南1有明交流プラザ2階) ☎33-8373
前日の午後4時までに電話予約が必要

◆行政相談委員による行政相談

- 4月3日(月)・17日(月) 午後1時～3時
市役所本庁相談室2-2
- 4月11日(火) 午後1時～3時
栗沢市民センター(栗沢町北本町168)
- 4月27日(木) 午後1時～3時
北村支所(北村赤川593)

◆社会保険労務士による労働相談

- 賃金、労働時間、解雇、労災補償について
- 4月27日(木) 午後1時～3時
市役所本庁相談室2-2

◆家事相談

- 離婚、相続など家庭内の問題について
- 4月11日(火) 午前10時～午後3時
市役所本庁相談室2-2

- 4月25日(火) 午前10時～午後3時
消費者センター(4西3 であえーる岩見沢4階) ☎23-7987

◆家庭生活相談

- 夫婦生活や子育て、人間関係の悩みや生き方について
- 祝日を除く毎週月・水(第4週は除く)・金曜日
午前10時～午後3時
生涯学習センターいわなび(4西1) ☎23-8982
電話相談のみ

- 4月26日(水) 午前10時～午後3時
市役所本庁相談室2-2

◆人権困りごと相談

- 嫌がらせ、不当な扱いなど人権について
- 4月13日(木) 午後1時～3時
市役所本庁相談室2-2

◆消費生活専門相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
午前9時～午後5時
消費者センター(4西3 であえーる岩見沢4階) ☎23-7987

◆緑化相談員による花と木と緑の相談

- 月・金曜日を除く毎日
午前9時～午後4時
室内公園色彩館(いわみざわ公園内) ☎25-6111

◆税理士による税の相談

- 所得税、相続税など主に国税について
- 4月19日(水) 午後1時～3時
市役所本庁相談室2-2

◆市税、国保料、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金、下水道使用料の納付相談

- 4月27日(木) 午後5時30分～8時
- 4月30日(日) 午前9時～正午
※水道料金、下水道使用料は、日曜日のみ。

◆中高年齢者の職業相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
午前10時～午後5時
シルバー人材センター(5西3) ☎24-4255

健康に関する相談 健ポ

◆保健師による健康相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
午前9時～午後5時30分
岩見沢保健センター

◆栄養士・歯科衛生士による相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
午前9時～午後4時30分
岩見沢保健センター
事前に電話で申し込んでください

◆精神科医による心の健康相談

- 4月20日(木) 午後1時～3時
岩見沢保健所(8西5) ☎20-0122
前日の正午までに電話予約が必要

子ども・子育てに関する相談

◆子育て相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
午前9時～午後5時30分
子育て総合支援センター

☑子どもの悩みごと相談☑

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
午前9時～午後4時30分(児童館は午前10時30分～午後5時)
青少年センター(☎33-3333)
教育研究所(☎22-4412)
各児童館

市政に関する相談や要望、苦情などは市職員が毎日受け付けています。市民連携室市民相談・交通防犯係(☎35-4269)、各支所(北村☎56-2001、栗沢☎45-2411)までお問い合わせください。