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
こども家庭センター（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

こどもの各種予防接種　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・ヒブ 5種混合ワクチン	生後2カ月～90カ月未満児で、4種混合、ヒブワクチンを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	
2期の対象者には、4月上旬に案内書を送付しています。案内書が届かない場合は、岩見沢保健センターへ連絡してください		
BCG	1歳未満児	
標準的な接種期間は生後5カ月～8カ月未満です。できるだけこの期間に受けましょう		
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・破傷風	小学6年生	
8月上旬に案内書を送付しています。案内書が届かない場合は、岩見沢保健センターへ連絡してください		
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 2期：9歳～13歳未満	
標準的な接種期間は、1期3歳から4歳です。2期の対象者には、4月中旬に案内書を送付しています		
B型肝炎	1歳未満児	
標準的な接種期間は生後2カ月～9カ月未満です		
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）	
初回接種は生後2カ月～14週6日後までに開始しましょう		
子宮頸がん	中学1年生～高校1年生相当	
中学1年生の方には5月に、その他の学年の方には、既に案内書を送付しています。案内書が届かない場合や転入・紛失した方は、岩見沢保健センターへ連絡してください		

予防接種における未満児とは、誕生日の前日までのこどものことです

◆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

子宮頸がん・乳がん検診　女性対象　要事前申込　健ポ

【市民健康センター・市立総合病院で受診】

区　分	対　象	日　程	場所（検診内容）
子宮頸がん検診（超音波検査必須）	20歳以上	毎週火曜日	市民健康センター（子宮頸部細胞診、子宮超音波検査）
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　子宮頸がん検診　4,850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3,850円。
乳がん検診　1,000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電話または市ホームページから予約
ID：15825

【岩見沢レディースクリニックで受診】

区　分	対　象	日　程	場　所
子宮頸がん検診	20歳以上	診療時間内	岩見沢レディースクリニック（8西19）

検診内容　子宮頸部細胞診
※他の検査を希望する方は別途費用が掛かります。詳しくはお問い合わせください。
負担金　1,000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
※岩見沢レディースクリニックへの予約は不要です。休診日や診療時間は岩見沢レディースクリニックホームページをご覧になるか、直接医療機関（☎23-2222）へお問い合わせください。

健康一口メモ　歯周病の予防

歯周病は、歯と歯茎の隙間に侵入した細菌が炎症を起こすことによって歯を支える組織が壊れてしまう病気で、放置すると歯を失う原因になります。予防には、生活習慣の見直し、定期的な歯科健診、毎日の正しい歯磨きに加え、歯応えのある食材をよく噛んで食べ、口腔内の自浄作用を促すことが大切です。歯磨きの際には、歯や歯茎の隙間に付いた歯垢を1本1本丁寧に磨き、歯ブラシでは届きにくいところは、歯間ブラシや部分磨き用の歯ブラシ、デンタルフロスなどの口腔ケア用品を活用することをお勧めします。また、医療機関でプロフェッショナルケアと正しい歯磨きの指導を受け、定期的な歯科健診で自身の歯の状態を把握しておくことも大切です。

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
● 11月6日㈮・20日㈮、12月4日㈮
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
国の行政に対しての苦情・意見について
● 11月2日㈪　午後1時～3時
市役所本庁相談室2-2、北村支所
※北村支所はリモート相談。
● 11月10日㈫　午後1時～3時
栗沢市民センター（栗沢町北本町168）
◆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
● 11月26日㈭　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
● 11月10日㈫　午前10時～午後3時
市役所本庁相談室2-2
● 11月24日㈫　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・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
電話相談または面談。面談は予約が必要
● 11月25日㈬　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
● 11月12日㈭　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10時～午後4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・水曜日を除く毎日
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
● 11月18日㈬　午後1時～3時
市役所本庁相談室2-2
◆市税、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付相談
● 11月26日㈭　午後5時30分～8時
● 11月29日㈰　午前9時～正午
◆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

◆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
◆管理栄養士・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
●今月はありません

こども・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
こども家庭センター

こ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）
教育支援センター（☎35-5161）
各児童館

市政に関する要望や意見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