

あこやかガイド

岩見沢保健センター(10西3) }
 高齢者福祉センター「えみる」(北村赤川586) } ☎25局5540
 栗沢保健センター(栗沢町南本町30) }
 いわみざわ子育て支援センター(4西3であえる岩見沢内) ☎22局3337

P・健康ポイント対象事業

健康に関する相談

相談料は無料 P

- ◆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
 - 3月24日(木) 午前9時30分～11時30分 栗沢保健センター
- ◆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

子宮がん・乳がん検診

女性対象 要事前申込 P

| 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 | 毎週火・水・金曜日 | 市立総合病院(マンモグラフィ) 市民健康センター(視触診) |

火曜日に乳がん検診を受診する方は前の週の金曜日または前日に、水曜日に受診する方は前日に、市立総合病院でマンモグラフィ撮影を行いますので、2日間の検診になります。水曜日、金曜日で同日にマンモグラフィ撮影と視触診を行う時間帯もありますので申込時にお問い合わせください。

負担金 申込時にお知らせします
 申込・問合せ先 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

脳イキキ度チェック

P

会場・日程 【岩見沢保健センター】 祝日を除く毎週火曜日
 【栗沢保健センター】 3月24日(木)
 【北村支所】 3月28日(月)

対象 「物忘れが気になる」「今まで好きだったことに興味や関心がなくなった」などと最近感じるようになった方

内容 神経・心理機能テスト、生活の指導
 申込・問合せ先 電話で岩見沢保健センターへ

介護者のつどい



日時 3月14日(月) 午後1時30分～3時
 対象者 認知症や寝たきりの方を介護している方
 内容 参加者同士の交流
 会場・申込・問合せ先 岩見沢保健センター

献血にご協力を

P

※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。

| | | |
|----------|-------------|-----------------|
| 3月10日(木) | 10:00～11:30 | 空知総合振興局(8西5) |
| | 13:00～16:00 | |
| 30日(水) | 10:00～11:30 | 空知農業会館(5西5) |
| | 12:00～13:00 | 北海土地改良区(6西7) |
| | 14:30～16:30 | 岩見沢北翔会病院(10西21) |

ひゃっぴい体操教室(椅子バージョン)

ひゃっぴい体操は、あらゆる年代の方が楽しみながら健康づくりをできるように作成したオリジナル健康体操です。今回は椅子に座ったまま、気軽にできる椅子バージョンを紹介します。ぜひ参加してください。

日時 3月14日(月)・22日(火) 午後1時30分～3時
 定員 20人(申込順) 参加料 無料

持ち物 運動靴、飲み物
 動きやすい服装で参加してください。

会場・申込・問合せ先 3月11日(金)までに、岩見沢保健センターへ

皆さんのもとに伺います

町会・自治会やサークル、団体等でひゃっぴい体操指導の希望があれば伺いますので、お気軽にご相談ください。

がん検診 無料クーポン券の有効期限が近づいています

子宮頸がん、乳がん検診無料クーポン券(受診券)の対象になる方は、昨年6月にクーポン券を送付しています。使用期限は3月31日(木)です。まだ、検診がお済みでない方は、早めに受診してください。

ただし、平成22年度から平成26年度の間に一度でも該当するがん検診を受診した方は対象になりません。

《対象者 平成27年4月1日現在年齢》

- ▷子宮頸がんクーポン ●20歳・25歳・30歳・35歳・40歳
 - ▷乳がん(女性のみ)・大腸がんクーポン ●40歳・45歳・50歳・55歳・60歳
 - ▷子宮頸がん受診券対象者 ●22歳・27歳・32歳・37歳
 - ▷乳がん受診券対象者 ●42歳・47歳・52歳・57歳
- 申込・問合せ先 岩見沢保健センター

すくすく子育てコーナー

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か月～90か月未満児で、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局8000 |
| 小児まひ(ポリオ) | 生後3か月～90か月未満児で、生ワクチンを1度受けた子 | ○岩見沢こども・産科婦人科クリニック(3西10) ☎32局0707 |
| 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か月～24か月未満児 2期...就学前1年間にある子 | ○さとうキッズクリニック(大和1-9) ☎20局0310 |
| BCG | 1歳未満児 | ○出口小児科医院(7西5) ☎22局3570 |
| 標準的な接種期間は生後5か月～8か月未満です。できるだけこの期間に受けましょう | | ○岩見沢市立総合病院(小児科)(9西7) ☎22局1650 |
| 水痘(水ぼうそう) | 生後12か月～36か月未満児 | |
| 第Ⅱ期ジフテリア | 小学6年生 | |
| 接種期限は3月31日です。案内書が届かない方は、岩見沢保健センターへ連絡してください | | |
| ヒブ | 生後2か月～5歳未満児 | |
| 小児肺炎球菌 | 生後2か月～5歳未満児 | |
| 子宮頸がん | 中学1年生～高校1年生相当 | |
| 子宮頸がん予防ワクチンは、その有効性と安全性などを十分理解した上で接種してください。また、中学1年生で、接種を希望する方は、岩見沢保健センターへ連絡してください | | 指定医療機関は、市ホームページでご確認ください |
| ○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 | | |

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

市のホームページや市教育委員会のホームページでこのほかに子育てに関する情報を掲載しています

[]内は、次回開催日

各種検診・検査など

料金は無料

●乳幼児健康診査

日時 日程は裏面のすこやかカレンダーをご覧ください。受付時間は個別にご案内します

会場 岩見沢保健センター

対象 裏面のすこやかカレンダーをご覧ください
 1歳6か月健診の時に歯ブラシを持参してください。
 なお健診終了後、希望者にフッ素塗布を行います。

●股関節脱臼検査

日程 3月9日(水)[4月13日(水)] 受付時間 午後1時30分～2時

会場 市民健康センター(8西7) ☎32局0888

対象 平成27年11月生まれのお子さん[平成27年12月生まれのお子さん]

子育て・子どもに関する相談など

相談・利用は無料

●小児科医による子育て相談

■3月25日(金) 午後1時～2時[4月22日(金)]

●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

●おしゃべりルーム

- とことこ(毎月第1・第3金曜日)
9か月～1歳3か月の第一子目の親子
3月4日(金)・18日(金) 午前10時～11時30分
[4月1日(金)・15日(金)]
- ばぶばぶ(毎月第2・第4金曜日)
妊娠中～生後8か月の第一子目の親子
3月11日(金)・25日(金) 午後1時～2時30分
[4月8日(金)・22日(金)]

会場はいずれも、いわみざわ子育て支援センター

●ペア学級

参加料は無料

日時 3月13日(日)
午後1時～3時30分

対象 平成28年7・8月に出産予定の夫婦

会場・申込・問合せ先 岩見沢保健センター

法律・家庭・税などの生活に関する相談は、裏面をご覧ください。