

# 保健ガイド

岩見沢保健センター（10西3） ☎25局5540  
 北村高齢者福祉センター「えみる」（北村赤川3562） ☎36局2140  
 栗沢保健センター（栗沢町南本町30） ☎45局3711

## ● 乳幼児健康診査・フッ素塗布

いずれの会場でも受診できます。乳幼児健康診査を前月受診できなかった方は、必ず今月受診しましょう。

会場	岩見沢保健センター			栗沢保健センター			北村高齢者福祉センター			
	区分	日程	受付時間	対象	日程	受付時間	対象	日程	受付時間	対象
4・5か月児健康診査	1月18日 [2月9日]	12:30~13:00	平成18年8月1日~15日生まれ	今月は ありません [2月15日]	12:45~ 13:00	次回の対象は 平成18年 9・10月生まれ	1月16日 [3月6日]	13:30~ 13:40	平成18年 7・8月生まれ	
		13:30~14:00	平成18年8月16日~31日生まれ							
8・9か月児健康診査	1月11日 [2月1日]	12:30~13:00	平成18年4月1日~15日生まれ	今月は ありません [2月15日]	13:15~ 13:30	次回の対象は 平成18年 5・6月生まれ	1月16日 [3月6日]	13:00~ 13:10	平成18年 3・4月生まれ	
		13:30~14:00	平成18年4月16日~30日生まれ							
1歳6か月児健康診査 歯ブラシを持参 してください	1月19日 [2月16日]	12:00~12:30	平成17年6月1日~15日生まれ	今月は ありません [2月21日]	13:30~ 13:45	次回の対象は 平成17年 5~7月生まれ	今月は ありません [3月20日]	13:00~ 13:30	次回の対象は 平成17年 6~8月生まれ	
		13:00~13:30	平成17年6月16日~30日生まれ							
健康診査終了後希望者にフッ素塗布を行います(負担金800円)										
3歳児健康診査	1月24日 [2月28日]	11:30~12:00	平成15年12月1日~15日生まれ	今月は ありません [2月21日]	12:45~ 13:00	次回の対象は 平成15年11月~ 平成16年1月生まれ	今月は ありません [3月20日]	13:30~ 14:00	次回の対象は 平成15年12月~ 平成16年2月生まれ	
		12:30~13:00	平成15年12月16日~31日生まれ							
フッ素塗布 歯ブラシを持参 してください (負担金800円)	1月10日 [2月7日] (電話予約制)	12:20~12:40	1歳6か月~4歳未満	1月17日 [今月で終了 になります]	10:30~ 11:30 13:30~ 14:30	1歳6か月~ 4歳未満 会場:三嶋歯科 医院栗沢院	1月30日 [今月で終了 になります]	9:00~ 10:00	1歳6か月~ 4歳未満	
		13:00~13:20								

[ ]は次回開催日

## ● 献血にご協力を

1月16日(火)	10:00~11:30	北海道電力岩見沢支店(10西2)
	12:00~13:00	岩見沢消防署(6東1)
	14:30~16:00	市立総合病院(9西7)
2月3日(土)	10:00~11:30	ポスフル岩見沢店(大和4-8)
	13:00~16:00	

## ●●● ノロウイルスにご注意を ●●●

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、1年を通して発生しますが、11月から発生件数が増え始め、1~2月にピークとなります。  
 このウイルスは非常に感染力が強いため、二次感染により、集団での感染を引き起こしやすく、十分な注意が必要です。  
 感染してから症状が出るまで、24~48時間かかります。症状は、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱があります。

### 【二次感染を防ぐために】

帰宅時や食事の前、トイレの後は必ず石けんで良く手を洗い、流水で洗い流す。トイレや部屋のドアノブなど、手で触る所は、300倍に薄めた塩素系漂白剤で念入りにふき掃除をする。

### 便やおう吐物を処理する場合

使い捨てのマスクと手袋を使用し、ウイルスが飛散しないよう十分注意しながら、100倍に薄めた塩素系漂白剤を含ませたペーパータオルなどで、覆うようにふき取る。

ふき取りに使用したペーパータオルなどは、50倍に薄めた塩素系漂白剤に5~10分程度浸してから廃棄する。(ビニール袋に密閉)

感染の疑いがある場合は、速やかに医師の診断を受け、指示に従いましょう。

## ● 健康や子育てに関する相談は

### ◆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
- 1月22日(月) 午前9時30分~11時30分、午後1時30分~3時30分  
栗沢保健センター
- 1月9日(火)・23日(火) 午前9時~正午  
北村高齢者福祉センター「えみる」  
3か所とも、電話での相談は随時応じています。

### ◆医師による健康相談

- 毎週水曜日 午後1時から2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

- 1月18日(木) 午後1時~3時  
保健所(8西5) ☎20局0121  
事前に電話で申し込んでください

### ◆栄養士による栄養相談

- 糖尿病、高血圧、高脂血症、肥満、肝臓病の食事や離乳食等について
- 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  
事前に電話で申し込んでください

### ◆小児科医による子育て相談

- 1月26日(金) 午後1時~2時  
子育て支援センター(東山町38)  
☎22局3337

### ◆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  
子育て支援センター(東山町38)  
☎22局3337

法律・身の上・税などの生活に関する相談は、裏面をご覧ください。

## 夜間、急に具合が悪くなったら 夜間急病センター

10西3 ☎25局3000

## 診療時間

午後6時~午前0時まで、土・日曜日、祝日を問わず診療します

## ● 各種予防接種

区分	対象	指定医療機関名	
百日せき、ジフテリア、破傷風三種混合ワクチン	生後3か月~90か月未満児 初回接種...3~8週間隔で3回接種 追加接種...初回接種完了後、12~18か月の間に1回接種	○あくつこどもクリニック(10西4) ☎33局8000 ○岩見沢こども・産科婦人科クリニック(3西10) ☎32局0707 ○さとうキッズクリニック(大和1-9) ☎20局0310	
	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	○市立総合病院(小児科)(9西7) ☎22局1650 ○たかはし小児科(7東1) ☎23局2660 ○出口小児科(7西5) ☎22局3570	
「2期」の対象者には、案内書を送付します。なお、送付されない場合は、ご連絡下さい。			
区分	対象	日程 受付時間	会場
BCG 予防接種	生後3か月~6か月未満児	1月10日 [2月14日] 10:30~11:50	岩見沢保健センター
○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。 ○栗沢保健センターでは乳幼児健診時に予防接種が受けられます。予約制となっていますので、岩見沢保健センターへお問い合わせください。 ○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。			

## 母親学級

会場 岩見沢保健センター・栗沢保健センター

### 【岩見沢保健センター】

日時 1月9日(火)・16日(火) 午後1時~3時(9日は3時30分まで)  
対象 平成19年3・4月に産予定の方  
問合先 岩見沢保健センター

### 【栗沢保健センター】

日時 1月23日(火)は午前9時~午後1時、25日(木)と30日(火)は午後1時~4時  
対象 平成19年3~6月に産予定の方  
問合先 栗沢保健センター

## 股関節脱臼検査

会場 市民健康センター(8西7)

日程 1月10日(水) 受付時間 午後1時30分~2時  
対象 平成18年9月生まれのお子さん 負担金 800円  
問合先 岩見沢保健センター

## 子宮がん検診・乳がん検診

会場 市民健康センター(8西7)

日程 毎週火曜日(要事前申込) 受診当日は午後0時45分~1時に会場へ  
対象 子宮がん 20歳以上の女性 乳がん 30歳以上の女性  
申込・問合先 受診希望日の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

会場 岩見沢保健センター

日程 1月17日(水)・31日(水) 内容 神経心理機能テスト、生活の指導  
対象 興味や関心が無くなるなど、最近気になることがある方  
申込・問合先 実施日の2週間前の午前9時から受付開始。電話で岩見沢保健センターに申し込んでください