

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 | 3月8日 [4月12日] | 12:30~13:00 13:30~14:00 | 平成18年10月1日~15日生まれ 平成18年10月16日~31日生まれ | 今月は ありません [4月19日] | 12:45~ 13:00 | 次回の対象は 平成18年 11・12月生まれ | 3月6日 [5月8日] | 13:30~ 13:40 | 平成18年 9・10月生まれ |
| 8・9か月児健康診査 | 3月1日 [4月5日] | 12:30~13:00 13:30~14:00 | 平成18年6月1日~15日生まれ 平成18年6月16日~30日生まれ | 今月は ありません [4月19日] | 13:15~ 13:30 | 次回の対象は 平成18年 7・8月生まれ | 3月6日 [5月8日] | 13:00~ 13:10 | 平成18年 5・6月生まれ |
| 1歳6か月児健康診査 歯ブラシを持参してください | 3月16日 [4月20日] | 12:00~12:30 13:00~13:30 | 平成17年8月1日~15日生まれ 平成17年8月16日~31日生まれ | 今月は ありません [5月15日] | 13:30~ 13:45 | 次回の対象は 平成17年 8~10月生まれ | 3月20日 [6月19日] | 13:00~ 13:30 | 平成17年 6~8月生まれ |
| 3歳児健康診査 | 3月28日 [4月25日] | 11:30~12:00 12:30~13:00 | 平成16年2月1日~15日生まれ 平成16年2月16日~29日生まれ | 今月は ありません [5月15日] | 12:45~ 13:00 | 次回の対象は 平成16年 2~4月生まれ | 3月20日 [6月19日] | 13:30~ 14:00 | 平成15年12月~ 平成16年2月生まれ |
| フッ素塗布 歯ブラシを持参してください (負担金800円) | 3月7日 [4月26日] (電話予約制) | 12:20~12:40 13:00~13:20 | 1歳6か月~4歳未満 | 栗沢町地区と北村地区のフッ素塗布は4月から、1歳6か月児の健康診査終了後、希望者に行います。(負担金800円) | | | | | |

[]は次回開催日

● 献血にご協力を

| | | |
|---------|----------------------------|----------------------|
| 3月6日(火) | 10:00~11:30 13:00~16:00 | 空知支庁(8西5) |
| 16日(金) | 10:00~11:30 13:00~16:00 | 市役所本庁(鳩が丘1) |
| 19日(月) | 10:00~11:30 | 空知農業会館(5西5) |
| | 13:00~15:00 | 岩見沢北翔会病院(10西21) |
| | 15:30~16:30 | J Aいわみざわ幌向支所(幌向南1-2) |

在宅で認知症や寝たきりの方を介護している方へ 介護者の集い

日 時 3月12日(月) 午後1時~3時
 内 容 ● 学習会「介護者のためのリフレッシュ体操」
 ● 交流会
 会 場 広域総合福祉センター(11西3)
 申込・問合せ先 岩見沢保健センター

健康大好き



緑内障とは

眼圧の上昇で視神経が傷つき、徐々に視野が狭くなる病気です。視力の低下、眼の痛みやかすみ、圧迫感、頭痛、吐き気などが自覚症状として現れますが、症状がほとんどない場合も珍しくなく、放置すると進行し失明にすることがあります。また、眼圧は正常な範囲内でも緑内障になることもあります。

緑内障の治療には、点眼薬などの薬物や手術による治療がありますが、一度傷ついた視神経は元に戻す方法はないため、早期発見と早期治療が大切です。

40歳を過ぎたら年に1度は、眼科で検査を受けましょう。特に近視の強い方、糖尿病の方、家族に緑内障の方がいる場合は注意が必要です。

● 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
- 3月26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
- 3月27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~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

- 3月15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

- 3月23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。

● 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 | 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 | ○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 | 3月14日 [4月4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

日 時 3月6日(火)・13日(火) 午後1時~3時(6日は3時30分まで)
 対 象 平成19年5・6月に産予定の方 問合せ先 岩見沢保健センター

股関節脱臼検査

会場 市民健康センター(8西7)

日 程 3月14日(水) 受付時間 午後1時30分~2時
 対 象 平成18年11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・問合せ先 受診希望日の3週間前までに岩見沢保健センターへ

脳イキイキ度チェック

会場 岩見沢保健センター

日 程 3月7日(水)・14日(水)、4月4日(水)
 内 容 神経、心理機能テスト、生活の指導
 対 象 興味や関心が減るなど、最近気になることがある方
 申込・問合せ先 実施日の2週間前の午前9時から電話で岩見沢保健センターへ

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