

# あこやかがガイド

岩見沢保健センター(10西3) } 25局5540  
 高齢者福祉センター「えみる」(北村赤川3562) }  
 栗沢保健センター(栗沢町南本町30) }  
 子育て支援センター(4西3であえーる岩見沢内) } 22局3337

[ ]内は、次回開催日

## 子宮がん・乳がん検診

日程 毎週火曜日(要事前申込) 検診当日の受付時間 午後0時45分~1時  
 乳がん検診のマンモグラフィー撮影は、検診の前の週の金曜日、午後3時からと午後4時から(検診申込時に予約) 市立総合病院(9西7)で行います。  
 対象 子宮がん 20歳以上の女性 乳がん 30歳以上の女性  
 負担金 申込時にお知らせします  
 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

## 健康に関する相談

相談料は無料

- ◆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、北村支所(北村赤川593)
  - 3月28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
- ◆精神科医による心の健康相談
  - 3月21日(木) 午後1時~3時 岩見沢保健所(8西5) ☎20局0121  
相談日の2日前までに電話予約が必要

## 脳イキキ度チェック

参加料は無料

日程 【会場 岩見沢保健センター】 3月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)  
 【会場 北村支所】 3月25日(月) 【会場 栗沢保健センター】 3月28日(木)  
 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」などを、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・問合先 実施日の2週間前までに電話で岩見沢保健センターへ

## 献血にご協力を

※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8日(金)	10:00~11:30	空知総合振興局(8西5)
	13:00~16:00	
19日(火)	10:00~11:30	市役所本庁(鳩が丘1)
	13:00~16:00	
28日(木)	10:00~11:30	空知農業会館(5西5)
	13:00~16:00	

## ▷ひゃっぴい体操教室 参加者募集

日時 3月13日(水)・18日(月)(全2回) 午後1時30分~3時  
 定員 20人(申込順) 参加料 無料 持ち物 水分補給用の飲み物  
 当日は動きやすい服装でお越しください。  
 申込期限 3月12日(火)

## ▷ペア学級 参加者募集

日時 3月10日(日) 午後1時~3時30分  
 内容 実習(赤ちゃんのお風呂・着替え、妊婦体験)、ビデオ  
 対象 平成25年7・8月に出産予定の夫婦 参加料 無料

## ▷介護者の集い 参加者募集

日時 3月11日(月) 午後1時30分~3時  
 対象 認知症や寝たきりの方を介護している方  
 《いづれも》  
 会場・申込・問合先 岩見沢保健センター

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も子育てに関する情報を掲載しています

## 健康大好き



### 禁煙に取り組んでみませんか

たばこには、多種の有害物質が含まれ肺がんなど引き起こす原因となるほか、しわが増えるなど老化の原因になるとも言われており百害あって一利なしです。たばこによる健康被害を減らすためには、禁煙することが確実な方法です。でも、なかなかやめられない方は禁煙外来に相談してみるといいでしょう。また、たばこに含まれる有害物質は、直接たばこから立ち上がる副流煙に多く含まれ、周囲の非喫煙者の健康に悪影響を及ぼします。受動喫煙の問題を十分理解し配慮をお願いします。

## 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 3種混合ワクチン	生後3か月~90か月未満で、3種混合を1度でも受けている子	○あくつこどもクリニック(10西4) ☎33局8000	
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	○岩見沢こども・産科婦人科クリニック(3西10) ☎32局0707	
小児まひ(ポリオ)	生後3か月~90か月未満で、生ワクチンを1度受けた子	○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	○出口小児科医院(7西5) ☎22局3570	
	2期の対象者には、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。	○岩見沢市立総合病院(小児科)(9西7) ☎22局1650	
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13日(水) 10:00~11:20	岩見沢保健センター

4月1日から、対象者が「生後1歳未満まで」に変更になります。ただし、標準的な接種期間は、生後5か月から8か月未満ですので、できるだけこの期間内に接種してください。また、接種会場を上記指定医療機関での個別接種に変更する予定です。

○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。

### ▶▶子どもの予防接種を臨時に実施します◀◀

通常の診療時間内に市内の指定医療機関で受けにくい方のために、下記のとおり実施します。なお、当日は小児科の日曜当番医になっています。

日時 3月3日(日) 午前9時~午後6時  
 受けることができるもの 3種混合、4種混合、麻しん、風しん、不活化ポリオ、ヒブ、小児用肺炎球菌、子宮頸がんのほか、任意の予防接種  
 会場・問合先 岩見沢市立総合病院小児科外来(9西7) ☎22局1650

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。

### ■各種検診・検査など

#### ●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  
 負担金 無料  
 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。(負担金800円)

#### ●股関節脱臼検査

日程 3月13日(水)[4月10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)  
 負担金 800円  
 対象 平成24年11月生まれのお子さん[平成24年12月生まれのお子さん]

### ■母親学級

参加料は無料

日時 今月はありません。[次回は、4月3日(水)・10日(水)・17日(水)]  
 午後1時~3時(4月10日は午後0時40分から)  
 対象 今月はありません。[次回は、平成25年9・10月に出産予定の方]  
 会場 岩見沢保健センター

### ■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22日(金) 午後1時~2時[次回は4月26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水曜日)  
9か月~1歳2か月の第一子目の親子  
3月6日(水) 午前10時~11時30分  
[次回は4月3日(水)・17日(水)]
- 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8日(金)・22日(金) 午後1時~2時30分  
[次回は4月12日(金)・26日(金)]

会場はいづれも子育て支援センター

#### ◆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)  
 市青少年センター(☎33局3333)  
 教育研究所(☎22局4412)  
 各児童館