

すこやかガイド

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

脳イキイキ度チェック

参加料は無料

日程 【会場 岩見沢保健センター】 10月2日(火)・9日(火)・23日(火)・30日(火)
 【会場 栗沢保健センター】 10月25日(木) 【会場 北村支所】 10月22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・問合せ先 実施日の2週間前までに電話で岩見沢保健センターへ

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)
 - 10月25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
 - 10月18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

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。

10月12日(金)	9:30～10:30	北海道中央バス(株)岩見沢営業所(志文町966)
	12:00～13:00	京浜精密工業(株)北海道工場(栗沢町由良2)
	13:30～14:20	北海道社会福祉事業団福祉村(栗沢町最上350)
	14:30～15:10	いちい荘(栗沢町最上222)
	15:30～16:30	JAいわみざわ栗沢支所(栗沢町本庁163)
16日(火)	10:00～13:30	北海道教育大学岩見沢校(緑が丘2)
	15:00～16:30	コープさっぽろ岩見沢南店(美園6-8)
22日(月)	10:00～11:30	空知信用金庫本店(3西6)
	13:00～15:00	岩見沢北翔会病院(10西21)
	15:30～16:30	東日本高速道路岩見沢管理事務所(駒園881)
29日(月)	10:00～11:30	空知農業会館(5西5)
	13:00～16:00	岩見沢市立総合病院(9西7)

65歳以上の方へ 結核検診 受診しませんか

日時 10月24日(水) 11時30分～正午 会場 市民健康センター(8西7)
 対象 65歳以上の市民 料金 無料 検査内容 胸部X線撮影
 申込・問合せ先 10月19日(金)までに、岩見沢保健センターへ

高齢者インフルエンザ予防接種

期間 10月22日(月)～平成25年1月31日(木)
 流行期に間に合うように12月中旬までの接種をおすすめします。
 対象 □接種日現在で65歳以上の市民
 □60歳以上で身障1級程度の内科系の障害を持っている市民
 料金 1,000円(1回目のみ。2回目は通常料金)
 生活保護世帯は無料になりますが、保護証明(保護課交付)が必要です。
 接種場所 医療機関によって開始時期が異なりますので、必ず電話で確認をしてください。
 問合せ先 岩見沢保健センター

男性のための運動教室 参加者募集

さわやかな汗を流しながら自宅でできる運動を身に付けませんか。
 日時 11月2日(金)・30日(金)全2回 午後6時30分～8時30分
 内容 各種測定(体力・身体・血管年齢等)、自宅でできる筋力運動、おなか引締め簡単ヒップホップ等
 対象 医師に運動の制限をされていない64歳以下の男性市民で、全2回の参加が可能な生活習慣病を予防したい方
 定員 20人(申込順) 参加料 無料 持ち物 室内用の運動靴、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 10月22日(月)までに、岩見沢保健センターへ

女性のための運動教室 参加者募集

健康的な食事と自宅でできる運動を身に付けませんか。
 日時 11月7日(水)・12月5日(水)全2回 午後6時30分～8時30分
 内容 各種測定(体力・身体等)、栄養講話、自宅でできる筋力運動、リズム運動等
 対象 医師に運動の制限をされていない64歳以下の女性市民で、全2回の参加が可能な生活習慣病を予防したい方
 定員 20人(申込順) 参加料 無料 持ち物 室内用の運動靴、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 10月25日(木)までに、岩見沢保健センターへ



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

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) 25局8000 ○岩見沢こども・産科婦人科クリニック(3西10) 22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 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。	○さとうキッズクリニック(大和1-9) 20局0310 ○出口小児科医院(7西5) 22局3570 ○岩見沢市立総合病院(小児科)(9西7) 22局1650
小児まひ(ポリオ)	生後3か月～90か月未満で、生ワクチンを2回接種していない子	

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	10月17日(水) [11月7日(水)] 10:00～11:20	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。
 ○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

参加料は無料

日時 10月3日(水)・10日(水)・17日(水)[次回は、12月5日(水)・12日(水)・19日(水)]
 午後1時～3時
 対象 平成25年3・4月に出産予定の方[次回は、平成25年5・6月に出産予定の方]
 会場 岩見沢保健センター

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 10月10日(水)[11月14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6月生まれのお子さん[平成24年7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
 - 10月26日(金) 午後1時～2時[次回は12月28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
10月3日(水)・17日(水) 午前10時～11時30分
[次回は11月7日(水)・21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
10月12日(金)・26日(金) 午後1時～2時30分
[次回は11月9日(金)]
- 会場はいず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(23局3333)
 教育研究所(22局4412)
 各児童館

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。