

# 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】 5月8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)  
 【会場 北村支所】 5月28日(月) 【会場 栗沢保健センター】 5月24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)
  - 5月24日(木) 午前9時30分~11時30分 栗沢保健センター
- ◆栄養士による栄養相談
 

糖尿病、高血圧、脂質異常症、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
  - 5月14日(月) 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。

	10:00~12:00	空知信用金庫本店(3西6)
5月21日(月)	12:30~13:30	岩見沢消防署(6東1)
	15:00~16:00	岩見沢道路事務所(日の出北2)
	10:00~11:00	JAいわみざわ大富支所(北村豊正)
28日(月)	11:30~13:00	JAいわみざわ北村支所(北村栄町)
	14:00~16:00	市役所北村支所(北村赤川)

## 介護者のつどい

日時 5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



## 健康大好き



### 肺がん 増え続ける肺がん死亡者数 ポイントは禁煙と早期発見

平成10年に肺がんは、胃がんを抜き、部位別のがん死亡率第1位となりました。それ以来、ずっと1位のままで、現在でも治りにくいがんとして知られています。  
 肺がんの症状は、かぜの症状と区別がつかないことが多いため、発見が遅れることが多くあります。しかし、早期に発見できれば、約8割が治るというデータがあります。早期発見のために1年に1度は検診を受けましょう。  
 肺がんの発生は、喫煙習慣と切り離すことができません。禁煙に心掛けるほか、ニコチン依存度が高い方は、ニコチン代替剤や飲み薬などの禁煙補助薬もあります。医師や薬剤師に相談し使用してください。

## すくすく子育てコーナー

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

## 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) 23局8000 ○岩見沢こども・産科婦人科クリニック(3西10) 23局0707 ○さとうキッズクリニック(大和1-9) 20局0310 ○岩見沢市立総合病院(小児科)(9西7) 22局1650 ○出口小児科医院(7西5) 22局3570	
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ご連絡ください。			
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	5月16日(水) [6月6日(水)・20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。			

## 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 5月9日(水)[6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) 負担金 800円

対象 平成24年1月生まれのお子さん[平成24年2月生まれのお子さん]

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。

## 母親学級

参加料は無料

日時 今月はありません[6月6日(水)・13日(水)・20日(水)]  
 午後1時~3時  
 対象 今月はありません[平成24年11・12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
    - 5月25日(金) 午後1時~2時[次回は6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水曜日)  
9か月~1歳2か月の第一子目の親子  
5月2日(水)・16日(水) 午前10時~11時30分  
[次回は6月6日(水)・20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  
5月11日(金)・25日(金) 午後1時~2時30分  
[次回は6月8日(金)・22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

## ハートフルキャッチ(家庭教育なんでも相談)

子育て中の方たちが、いろいろな思いを語り合ったり、子育て中の孤独感や不安感を少しでも和らげたりして、素敵な笑顔になるための集いの場です。

開催日時 毎月第3水曜日 午前10時~午後3時  
 参加料 無料

## 育児サークル・サポート事業

育児や子育てサークルに、施設の部屋を無料で開放し、サークルの皆さんのやりたいことや知りたいことをサポートします。  
 対象 定期的に利用できる団体 募集数 5サークル程度(申込順)  
 申込 電話で5月25日(金)まで  
 詳細はお問い合わせください。

《いずれも》

会場・申込・問合せ先 空知婦人会館(5西7) 23局9236