

保健ガイド

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） ☎36局2140
 栗沢保健センター（栗沢町南本町30） ☎45局3711

※問い合わせや受付は、岩見沢保健センターで行いますので、ご協力をお願いします。

● 乳幼児健康診査

岩見沢と栗沢どちら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	区分	4・5か月児健康診査	8・9か月児健康診査	1歳6か月児健康診査（注）	3歳児健康診査
岩見沢保健センター	日程	5月15日〔6月12日〕		5月16日〔6月20日〕	
	受付時間	12:00~12:30	13:30~14:00	12:00~12:30	13:00~13:30
	対象	平成19年 12月1日~15日 生まれ	平成19年 12月16日~31日 生まれ	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
栗沢保健センター	日程	今月はありません〔6月19日〕		5月20日〔8月12日〕	
	受付時間	12:45~13:00		13:30~13:45	
	対象	次回の対象者は 平成20年1・2月生まれ		平成18年8~10月生まれ	

（注）1歳6か月児の健康診査終了後、希望者にフッ素塗布を行います。（負担金800円）歯ブラシを持参してください。

〔 〕は次回開催日

● 献血にご協力を

5月9日(金)	10:00~11:30	ぶらっとパーク（4西2）
	13:00~16:00	
6月2日(月)	10:00~11:30	北海道電力岩見沢支店（10西2）
	12:00~13:00	北海道土地改良区（5西7）
	14:30~16:00	ダイエー岩見沢店（9西20）

● 介護者の集い ●

日時 5月12日(月) 午後1時~3時
 対象と内容 在宅で認知症や寝たきりの方を介護している方の交流会（要介護者の同伴も可）
 会場 広域総合福祉センター（11西3）
 申込・問合せ先 電話で岩見沢保健センターへ

ペア学級 参加者募集

日時 5月18日(日) 午後1時~3時30分
 対象 妊娠中の夫婦
 内容 赤ちゃんからのメッセージビデオ、赤ちゃんのお風呂・着替え、妊婦体験の実習
 会場・申込・問合せ先 電話で岩見沢保健センターへ

● 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 ○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
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	

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21日〔6月11日〕 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。

はしかにご用心！

昨年流行したはしかが、今年になってからも流行の兆しをみせています。はしかは、はしかウィルスの感染により発症します。このウィルスは、感染力が強く、10~12日の潜伏期間の後、発熱、せき、鼻水、発しんを主な症状として発病します。2~4日間は、38 前後の熱とせきなどが続き、その後39 以上の高熱と発しんが出ます。はしかに感染すると一時的に免疫機能が低下するので、肺炎や気管支炎、中耳炎などの感染症にかかりやすくなります。予防としては、日ごろから十分な栄養と休養をとり、うがいや手洗いなどを心がけることですが、最も有効なのはワクチンを接種することです。また、はしかに対する免疫を持たない人がはしか患者と接触した場合、接触から3日以内ならワクチン接種で発病を予防できることがあります。もし、はしかにかかったかなと思ったら、すぐに病院で受診しましょう。病院で受診する場合は、感染防止のため、事前に電話で連絡し、診察時間の調整などを行うことが大切です。

● 健康や子育てに関する相談などは

◆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
- 5月29日(木) 午前9時30分~11時30分
栗沢保健センター
- 5月26日(月) 午前9時30分~11時30分
高齢者福祉センター「えみる」

◆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

◆精神科医による心の健康相談

- 5月19日(月) 午後1時~3時
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

◆小児科医による子育て相談

- 5月23日(金) 午後1時~2時
- ◆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7日(木)・21日(水)、6月4日(水)
午前10時~11時30分
- 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9日(金)・23日(金)、6月13日(金)
午後1時~2時30分
会場はいずれもいわみざわ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。

母親学級

会場 岩見沢保健センター

日時 6月4日(水)・11日(水)・18日(水)
午後1時~3時(11日(水)は0時40分から)
対象 平成20年11・12月に出産予定の方 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 5月14日(水) 受付時間 午後1時30分~2時
対象 平成20年1月生まれのお子さん 負担金 800円
問合せ先 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）

乳がん検診は、検診を受ける日の前の週の金曜日に、市立総合病院（9西7）で、マンモグラフィ撮影を受けてからの検診になります。（マンモグラフィ撮影当日は午後2時~4時の予約した時間に市立総合病院へ）
 日程 毎週火曜日(要事前申込) 検診当日は午後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

脳イキキ度チェック

会場 岩見沢保健センター

日程 5月13日(火)・20日(火)、6月3日(火)・17日(火)
 内容 神経、心理機能テスト、生活の指導
 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
 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