

# 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	6月19日〔7月17日〕		6月11日〔7月9日〕	
	受付時間	12:00~12:30	13:00~13:30	12:00~12:30	13:00~13:30
	対象	平成21年 1月1日~15日 生まれ	平成21年 1月16日~31日 生まれ	平成20年 9月1日~15日 生まれ	平成20年 9月16日~30日 生まれ
栗沢保健センター	日程	6月18日〔8月20日〕		今月はありません〔8月11日〕	
	受付時間	12:45~13:00		12:45~13:00	
	対象	平成21年1・2月生まれ		平成19年11月~平成20年1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

※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。

6月5日(金)	9:30~11:30	NTT 岩見沢支店（6西2）
	12:00~13:00	札幌土木現業所岩見沢出張所（上幌向1-2）
	15:00~16:00	駒澤大学附属岩見沢高等学校（緑が丘5）
17日(水)	10:00~11:30	大和タウンプラザ（大和1-9）
	13:00~16:00	
18日(木)	9:30~11:30	クピド・フェア（志文町301）
	12:00~13:00	タニコー（栗沢町由良2）
	14:00~15:00	市役所栗沢支所（栗沢町東本町21）
26日(金)	10:00~13:00	陸上自衛隊岩見沢駐屯地（日の出4）
	14:00~16:00	
30日(火)	10:00~11:30	空知支庁（8西5）
	13:00~16:00	

## ● 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	○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 ○出口小児科医院（7西6） ☎22局3570
BCG 予防接種	生後3か月~6か月未満児	○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。

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	6月10日〔7月1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。

## 家庭でできる新型インフルエンザ対策



新型インフルエンザは、通常のインフルエンザの予防対策が有効です。

- 外出するときはマスクを着用する ●外出後は手洗いとうがいをする
  - 人ごみを避ける ●十分な栄養と睡眠をとる
  - 部屋の乾燥に気をつけ、適度な湿度（50~60%）を保つ
  - せき、くしゃみをするときは、ティッシュで口元を覆うか、マスクを着用する
- 発熱、けん怠感、食欲不振、下痢、せきなどのインフルエンザのような症状が見られる方や心配なことがある方は、保健所などに相談のうえ、そこで指定された病院で受診して下さい。
- 皆さん、正確な情報に基づいて、落ち着いて行動しましょう。

問合先 ●岩見沢保健所発熱相談センター（8西5） ☎20局0115  
 午前9時~午後9時  
 ●北海道相談窓口（札幌市中央区） ☎(011) 204局5253  
 24時間対応

## ● 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
  - 6月25日(木) 午前9時30分~11時30分  
栗沢保健センター
  - 6月22日(月) 午後1時30分~3時30分  
北村支所（北村赤川593）
- ◆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
  - 6月18日(木) 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
  - 6月26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  
6月3日(水)・17日(水)、7月1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  
6月12日(金)・26日(金)、7月10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3日(水)・10日(水)・17日(水)  
 午後1時~3時（10日(水)は午後0時40分から）  
 対象 平成21年11・12月に出産予定の方 問合先 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 6月10日(水) 受付時間 午後1時30分~2時  
 対象 平成21年2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）

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、マンモグラフィー撮影を受けてからの検診になります。  
 （マンモグラフィー撮影当日は午後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 6月2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)、7月7日(火)・14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