

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12日[7月10日]		6月20日[7月18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20年 1月1日~15日 生まれ	平成20年 1月16日~31日 生まれ	平成19年 9月1日~15日 生まれ	平成19年 9月16日~30日 生まれ	平成18年 11月1日~15日 生まれ	平成18年 11月16日~30日 生まれ	平成17年 5月1日~15日 生まれ
栗沢保健センター	日程	6月19日[8月21日]		今月はありません[8月12日]				
	受付時間	12:45~13:00		13:30~13:45				
	対象	平成20年1・2月生まれ		平成19年9・10月生まれ		次回の対象は 平成18年11月~平成19年1月生まれ	次回の対象は 平成17年5~7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

6月12日(木)	10:00~12:00	空知信用金庫本店(3西6)
	13:30~16:00	駒沢高校(緑が丘5)
16日(月)	10:00~11:30	ぷらっとパーク(4西2)
	13:00~16:00	
18日(水)	9:30~11:30	クビド・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)
	15:30~16:30	J Aいわみざわ栗沢支所(栗沢町本町163)
20日(金)	10:00~11:00	J Aいわみざわ大富支所(北村豊正649)
	11:30~13:00	J Aいわみざわ北村支所(北村栄町35)
	14:00~16:00	市役所北村支所(北村赤川593)
30日(月)	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(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ご連絡ください。	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	6月11日 [7月2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。

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)は午後0時40分から)
 対象 平成20年11・12月に産出予定の方 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 6月11日(水) 受付時間 午後1時30分~2時
 対象 平成20年2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 6月3日(火)・17日(火)、7月1日(火)・15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

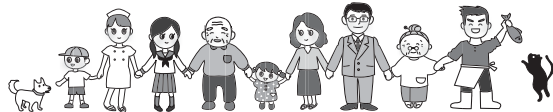
10西3 ☎25局3000

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

健康大好き

糖尿病をシリーズでお伝えする1回目



糖尿病とは

糖尿病は、すい臓から出るインスリンの減少やその分泌が悪くなり、血液中の血糖値が慢性的に高くなる病気です。

初期の段階では自覚症状がないことから、知らず知らずのうちに動脈硬化が進行し、そのまま放置すると小さな血管から徐々に傷み始め、様々な合併症や心筋梗塞、脳卒中を起こしやすくなります。

血糖値を知るには血液検査と尿検査があります。年に1度は健康診断などで自分の血糖の状態を確認することが大切です。

糖尿病にかかる原因は

肥満、食べすぎ、運動不足、ストレスの蓄積などが長く続くことなどがおもな原因ですが、加齢や糖尿病になりやすい体質が原因となる方もいます。

● 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26日(木) 午前9時30分~11時30分
栗沢保健センター
- 6月23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

- 6月19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27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4日(水)・18日(水)、7月2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13日(金)・27日(金)、7月11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。