



大切な血管を傷める原因になる高血圧、高脂血症(中性脂肪、コレステロール)、高血糖(血糖値、HbA1c)、高尿酸(尿酸値)などは、血液検査を受けないと状態が分かりません。自覚症状がない場合が多いので、病気を引き起こす前の予防策として健診が必要です。今話題の内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)についても知ることができます。

5月の健診を受けていない方は、ぜひこの機会に利用ください。

秋の基本健康診査

日程	受付時間	場所	対象	検診内容
10月22日(月)~25日(木)	11時~11時30分 14時30分~15時30分	保健センター	40歳以上の市民、平成20年3月31日までに30・35歳になれる方	身体計測(腹囲測定含む)・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図・眼底検査・診察・肺がん検診(レントゲン検査)
10月26日(金)	8時~8時30分	上渚滑町民センター		
10月26日(金)	10時~11時	渚滑市民センター		

料 金 基本健康診査 1,300円 肺がん検診 500円
(国保加入者は助成が受けられますので保険証を持参ください)
定 員 100名
申込み 9月3日(月)~

子宮がん検診
日 時 9月28日(金)
9時30分~10時
12時30分~13時
場 所 保健センター
対 象 20歳以上
料 金 千700円
(S63年3月31日生以前)
保健センター
☎(24) 3355番

子宮がん検診

場 所 保健センター1・2階
参加料 150円(材料費)
持ち物 子供用茶碗、スプーンなど、試食に必要なもの、エプロン、手拭タオル、三角巾

日 時	対 象	内 容
9月14日(金) 13時~15時30分	初期・中期 5~8ヶ月の子どもを持つ親 定員 15名	離乳食の基本について ・大人の食事からの取り分け方法、調理のポイント。 ・月齢にあわせた離乳食の固さ、1回の目安量、味付け。
9月20日(木) 13時~15時30分	後期・完了期 9~12ヶ月の子どもを持つ親 定員 15名	デモンストレーション終了後、試食を行ないます。

離乳食教室

地域精神保健福祉講演会
「個性の光る街・紋別」
ありのまままで生きられる街へ障がいをもつ人ともたない人が共存するためにお互い何をすべきか考えます。
日 時 9月22日(土)
13時30分~15時30分
場 所 文化会館
講 師 浦河赤十字病院医師 川村敏明氏
「浦河べてるの家」の皆さん
紋別市の障がい者と支援者の皆さん

地域精神保健福祉講演会

オホーツク健康セミナー
日 時 9月14日(金) 18時~
場 所 文化会館
講演内容
「当院における消化器病疾患の内科的治療について」内視鏡的治療を中心に
道立紋別病院診療部長 中原生哉氏
「消化器がんから身を守るために」予防・早期発見・最新治療
札幌医科大学教授 篠村恭久氏
道立紋別病院庶務課庶務係
☎(24) 3111番

オホーツク健康セミナー



料理講習会
参加料 無料
場 所 保健センター1・2階
申込み 9月5日(水)まで
参加料 300円
場 所 保健センター1・2階
日 時 10時~12時30分
9月10日(月)
日 時 9月10日(月)
10時~12時30分
場 所 保健センター1・2階
参加料 300円
申込み 9月5日(水)まで
場 所 本宮
☎(23) 7222番
☎(23) 2473番

料理講習会

参加料 無料
場 所 保健センター1・2階
☎(23) 3108番



介護者をつなごう会

介護での苦勞を話すこと・聴くことで介護の負担感が少しでも軽くなることを願って開催しています。介護経験の有無を問わずどなたでも参加できます。

日時 9月18日(火)
13時30分～15時30分
場所 保健センター

はつらつクラブ

日時 9月11日(火)
10時～11時
内容 レクリエーション
場所 保健センター

市内バス見学会

日時 9月27日(木)
時間未定
参加料 50円程度(保険料)
※希望者は申込ください。

リハビリ陶芸

日時 9月11日(火)
13時～15時
場所 保健センター

※はつらつクラブ、リハビリ陶芸は、健康に自信のない方や高齢者の方が気軽に参加できて楽しめる場です。

北海道立紋別病院 外来診療のお知らせ

外来診療受付時間 午前8時～11時 午後12時～15時
外来診療休診日 土曜日、日曜日、祝祭日



外来診療予定表	月		火		水		木		金		備考
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
内科	○	-	○	○	○	-	○	○	○	-	
循環器科	○	-	○	-	○	-	○	-	○	-	
消化器科	○	-	○	○	○	-	○	○	○	-	
呼吸器科	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	第1・第3金曜日
神経内科	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	第1・第3金曜日
外科・肛門科	○	-	○	-	○	-	○	-	○	-	
産婦人科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	下記※1参照
小児科	○	○	○	○	○	○	○	-	○	○	水曜日午後の受付は15時～16時
整形外科	-	-	○	-	○	-	○	-	○	-	再診のみ予約制
耳鼻咽喉科	○	○	-	-	-	○	○	-	-	-	
眼科	○	○	○	○	※2	-	○	※2	-	-	完全予約制(新患・再診)
皮膚科	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	
泌尿器科	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	完全予約制(新患・再診)
精神神経科	1日診療～5日(水)、6日(木)、10日(月)、11日(火)、12日(水)、19日(水) 午前診療～21日(金)										

- ※1 産婦人科の分娩については、昨年6月より緊急分娩及び安全が十分に見込まれる分娩に限って一部再開していますので、常勤医師と相談ください。
- ※2 眼科の水曜日午前は、予約検査のため、一般診療は行いません。木曜日午後の予約は、13時までです。
- ※ 整形外科、眼科、泌尿器科については、予約の患者様が優先に診療となりますので、了承ください。
- ※ 受診される方は、診療日程の変更の可能性もありますので、電話などで確認ください。