



特定健診・特定保健指導が始まりました

医療保険制度の改正に伴い、これまで保健センターで実施していた基本健診はなくなり、これに替えて、各医療保険者（国保・社保など）による「特定健診・特定保健指導」が始まりました。市は、国保の保険者として、加入者への健診・保健指導が義務づけられました。

後日、各医療保険者から受診券が届き、指定の医療機関で受診することになります。詳しくは、各医療保険者へ問い合わせください。

胃がん・肺がん・大腸がん検診

厚生労働省の推計によると生涯のうちにかかると可能性は男性が2人に1人、女性が3人に1人といわれています。

国民病とも言えるがんを早期に発見するためには、検診を受けることが大切です。

日程・場所

- 6月26日（木）上渚滑町民センター
- 6月27日（金）渚滑市民センター
- 6月28日（土）、29日（日）

30日（月）保健センター
受付時間 6時30分～7時、7時30分～8時、8時30分～9時
対 象 40歳以上（S44年3月31日生以前）、30歳（S53年4月1日～S54年3月31日）、35歳（S48年4月1日～S49年3月31日）

内容・料金
胃がん検診・胃部レントゲン検査 1千500円
肺がん検診・胸部レントゲン検査 500円

大腸がん検診・便潜血反応検査（自宅で2日分の便を採取） 800円

※70歳以上の方、生活保護世帯の方は無料です。今年度は、国保加入者への助成はありません。
申込み 5月1日（木）

妊婦一般健康診査費用の一部助成が拡大されました

母子共に健康で安全な出産を迎えられるよう行っている健康診査費用の一部助成が2回から5回に増えました。

妊娠に気づいたら、母体と胎児の健康を保つため、定期的に妊婦健診を受けましょう。※すでに母子健康手帳の交付を受けている方には、個別に

通知しています。※他市町村で母子健康手帳の交付を受け、転入されてきた方は、連絡ください。



マタニティマークで子育てにやさしいまちづくり

マタニティマークは、妊娠初期の妊婦さんが周囲に妊娠していることを知らせられるように厚生労働省が作製しました。

市では、5月よりマタニティマークキーホルダーを、母子健康手帳発行の際に妊婦の方に配布します。

お近くでこのマタニティマークを身に付けている妊婦の方を見かけたら、喫煙を控えたり、公共交通機関で座席を譲り合うなど、皆さんの協力をお願いします。



マタニティマーク

母親教室

妊婦さんやその家族の方を対象に母親教室を行います。

日時・内容
・6月3日（火）13時15分～15時30分 母と子どもの歯の話、先輩ママ・赤ちゃんとの交流会

・6月5日（木）13時30分～15時30分 母乳栄養のはなし
・6月12日（木）13時30分～15時30分 妊娠中の食事のはなし

新米パパ・ママ教室

妊娠16週以降の夫婦を対象に行います。

日時 6月8日（日）12時45分～16時

内容
・妊婦疑似体験シミュレーター
・赤ちゃんのお風呂・レックスンク抱き方、オムツ交換の仕方など

・講話「赤ちゃんの発達と遊び」、おもちゃ紹介など
講師 鈴蘭保育園

中井園長先生





場 所 保健センター
参加費 150円(材料費)
持ち物 子ども用茶碗、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
場 所 保健センター
☎(24)3355番

日 時	対 象	内 容
5月23日(金) 13:00～15:30	初期・中期 5～8か月の子どもを持つ親 定員15名	離乳食の基本 ・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。 デモンストレーション終了後、試食を行います。
5月30日(金) 13:00～15:30	後期・完了期 9～12か月の子どもを持つ親 定員15名	

離乳食教室

日 時 5月13日(火)・20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。

リハビリ陶芸

日 時 5月13日(火)・20日(火) 10時～11時
場 所 保健センター
内 容 レクレリエーション

はつらつクラブ

日 時 5月20日(火) 13時30分～15時30分
場 所 保健センター
 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。

介護者をつなごう会

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 外来診療休日…土、日、祝日

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	○	-	○	-	○	-	○	-	○	-	
呼吸器科	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	新患・再診とも予約制
神経内科	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	第2・第4、予約制
外科・肛門科	○	-	○	-	○	-	○	-	○	-	
産婦人科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	※1
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	-	○	-	-	-	新患・再診とも予約制
皮膚科	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	
泌尿器科	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	新患・再診とも予約制
精神神経科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

※1 産婦人科の分娩は、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、予約検査のみです。

※ 4月から精神神経科の医師が常勤となり、月～金曜日の午前・午後とも外来診療を実施しています。

※ 5月から月1回、乳がん専門外来を予約で実施することになりました。5月の診療日は、23日(金)(午前診療)です。

※ 予約制の診療科は、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。

北海道立紋別病院 ☎(24)3111番