



保健センター  
☎(24)3355番

### 子宮がん検診

子宮頸部がんにかかる方は増加しており、特に20歳代から30歳代の発生率が高くなっています。

早期には自覚症状がありません。早期に発見し治療することで9割の方が治ります。そのためには定期的な検診が必要です。

日時 8月21日(木)12時30分～13時

場所 保健センター  
対象 20歳以上(平成元年3月31日生以前)

※受診間隔は2年に1度  
内容 子宮頸部細胞診検査、経膈エコー検査

料金 金 千700円(70歳以上の方は無料です)  
申込み 保健センター

### 脳ドック検診料金の一部を助成します

脳及び脳血管疾患とその危険因子を早期に発見し、それらの発症や進行を予防するのが脳ドック検診です。

対象 35歳～69歳(昭和14年4月1日～昭和49年3月31

日生)

ただし、次の方は除きます。

- ・平成17年～19年にこの事業を利用された方
- ・脳及び脳血管疾患の既往のある方及び治療中の方
- ・ベースメーカーを装着している方

- ・妊娠中の方や妊娠している可能性のある方

定員 80名(先着順)

助成額

- ・脳ドック検診を単独受診した場合 1万5千円
- ・人間ドックと併せて受診した場合 1万円

※他の助成制度との併用は出来ません。

検診の受け方 保健センターに申込み後、脳ドック検診を実施している医療機関に予約をしてください。

### 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

- ・9月2日(火)13時15分～15時30分 妊娠中の食事の話し
- ・9月4日(木)13時30分～15

時30分 妊娠経過について、母乳栄養のほなし

- ・9月11日(木)13時30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

### 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 9月28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スンは抱き方、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

### 介護者をつなぐ会

介護経験の有無を問わず、なたでも参加出来ます。

日時 8月19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 8月5日(火)・19日(火)10時～11時

内容 レクリエーション  
場所 保健センター

### リハビリ陶芸

日時 8月5日(火)・19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。

### 離乳食教室

日時	対象
9月19日(金) 13:00～15:30	初期・中期 5～8カ月の子 どもを持つ親 定員15名
9月26日(金) 13:00～15:30	後期・完了期 9～12カ月の子 どもを持つ親 定員15名

内容…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。  
デモンストレーション終了後、試食を行います。

会場 保健センター  
参加費 150円(材料費として)  
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



## お口の教室(3回)コース

食べる・話すなどの機能を衰えさせないために、口腔ケアはとても大切です。

「固いものが食べにくくなった」「お茶や汗物等でむせる」「口の渇きが気になる」など、以前と少し違うと感じている方にお勧めの教室です。

日時 8月22日(金)・9月12日(金)・10月14日(火) 13時30分～15時

場所 保健センター

対象 65歳以上

内容 口の体操、お口の手入れなど

講師

歯科衛生士 及川順子氏

参加料 無料

※必ず申込みをしてください。

## お口のケア・住宅改修相談

身体の状態にあつたりハビリや住宅改修の相談、介護の相談などに応じます。

日時 8月28日(木) 9時30分～15時30分

担当

北海道総合在宅ケア事業団  
理学療法士 渡辺晋輔氏  
申込み 8月21日(木)まで

高齢者福祉課在宅介護支援係  
☎(24)2111 内線45番



## 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 休診日…土、日、祝日  
午後12時～15時

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、予約検査のみです。

※ 5月から月1回、乳腺の専門外来を実施しています。診療日は、電話などで確認ください。

※ 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