

健康ひろば

子どもの健康に関すること 保健医療係 ☎ 23 - 2346

行事	日時	場所
4カ月児・10カ月児健診、 B C G接種 (13:45~)	5/11(木) 13:00~14:00	ゆとろ
	6/1(木) 13:00~14:00	
1歳6カ月児・3歳児健診	5/26(金) 13:00~14:00	西コミ
	6/9(金) 13:00~14:00	ゆとろ
歯科健診・フッ素塗布	6/15(木) 13:00~15:00	西コミ
ぱくぱく教室	5/16(火) 10:00~11:30	ゆとろ
すくすく相談	5/24(水) 10:00~16:00	ゆとろ

予防接種（個別） 保健医療係 ☎ 23 - 2346

●小児期定期予防接種

4種混合・不活化ポリオ・ヒブ・水痘・MR・DT・
小児肺炎球菌・B型肝炎・日本脳炎

●高齢者肺炎球菌予防接種

今年度 65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方、
60～64歳で障がいのある方が対象。

これらの予防接種を下記の実施医療機関で実施しています。

実施医療機関 実施医療機関へ事前にお申込みください。

医療機関名（五十音順）	電話番号	予防接種			健（検）診
		4種混合・ 不活化ポリオ・ ヒブ・水痘・ MR・DT	小児肺炎球菌・ B型肝炎	日本脳炎	高齢者 肺炎球菌
おくやま内科・外科クリニック	27 - 5522				●
勤医協当別診療所	23 - 3010	●		●	●
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25 - 3151	●	●	●	●
田園通りさわぎ医院	25 - 2055	●	●	●	●
とうべつ整形外科	25 - 5040			6歳～	●
とうべつ内科クリニック	22 - 1313				●
堀江病院	22 - 3111			6歳～	●

広 告

広 告

各種検診 健康推進係 ☎ 23 - 4044

行事	日時	集合場所
バス送迎検診	5/16(火) 7:55~8:10	西コミ
	6/12(月) 7:55~8:10	ゆとろ

検診項目：特定健診、胃・肺・大腸・子宮・乳がん検診、骨粗しょう症

ゆとろへ事前にお申込みください。

個別健診（町内） 健康推進係 ☎ 23 - 4044

特定健診、後期高齢者健診、肝炎ウイルス検診を下記の
実施医療機関で実施しています。

健康に関する相談や教室 健康推進係 ☎ 23 - 4044

行事	日時	場所
健診結果説明会	5/17(水) 9:30~12:00	ゆとろ
	5/26(金) 9:30~12:00	
運動サポート教室	5/18(木) 10:00~12:00	総合 体育館
	6/12(月) 10:00~12:00	

運動サポート教室参加の方は、ゆとろへ事前にお申込み
ください。



急病時・夜間の受診先

■ 町内の救急当番医

内科

日	月	火	水	木	金	土
	5/1 堀江	2 堀江	3 勤医協	4 とうべつ内科	5 堀江	6 さわざき
7 堀江	8 堀江	9 堀江	10 堀江	11 勤医協	12 スウェーデン	13 堀江
14 堀江	15 堀江	16 堀江	17 堀江	18 堀江	19 勤医協	20 とうべつ内科
21 さわざき	22 堀江	23 堀江	24 堀江	25 堀江	26 堀江	27 勤医協
28 スウェーデン	29 堀江	30 堀江	31 堀江	6/1 堀江	2 堀江	3 堀江
4 勤医協	5 とうべつ内科	6 堀江	7 さわざき	8 堀江	9 堀江	10 堀江
月～金曜日		19時～21時				
土曜日		14時～17時				
日曜日・祝日		9時～12時、14時～17時				

■ 江別市夜間急病センター

内科 小児科

急病で比較的軽い病状の方の応急処置などを行います。

- ・ 受付時間 18時30分～翌朝6時30分（年中無休）
- ・ 電話番号 011-391-0022（江別市錦町14-5）

急病時の相談先

■ 北海道救急医療・広域災害情報システム

緊急時に受診可能な道内の病院を24時間検索できます。

- ・ フリーダイヤルは 0120-20-8699
- ・ 携帯電話からは 011-221-8699
- ・ インターネット検索は <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

■ 北海道小児救急電話相談

症状に応じた一般的な対処・助言を看護師等から受けられます。診断・治療はできません。

- ・ 受付時間 19時～翌朝8時
- ・ 自宅・携帯電話からは #8000
- ・ ひかり電話からは 011-232-1599

禁煙を考えてみませんか？

2020年の東京オリンピック・パラリンピックに向け、受動喫煙防止対策として施設・敷地内禁煙へと整備が進む中で禁煙に関心を持つ方もいらっしゃるかと思います。禁煙のメリットは多く、喫煙を続ける生活でのもったいないをご紹介します。

【喫煙を続ける生活での5つのもったいない】

- ① 病気になりやすく、医療費や通院の時間がかかる
たばこはがんや脳卒中・心筋梗塞などの原因の一つとされています。
- ② 家族もたばこの害を受ける
換気扇の下など家の中で吸う場所を配慮しても受動喫煙は完全には防ぐことはできないため、家族や周りの方も病気になりやすくなります。
- ③ たばこ代がかかる
例えば1箱420円のたばこを1日1箱吸った場合、1カ月では約12,000円、1年だと約15万円もかかります。
- ④ 時間が奪われる
1本5分の喫煙でも、1日15本吸った場合には1時間以上の時間が奪われます。禁煙により、喫煙本数が多い人ほど時間にゆとりができます。
- ⑤ 老けてみえる
皮膚が黒ずんだり、しわが増え乾燥肌にもなりやすくなります。

当別町は北海道や国と比べると喫煙率が高い実態があります。近年では、喫煙はたばこに含まれるニコチンによる「ニコチン依存」という病気であると考えられ、禁煙外来にて保険による治療ができるなど、禁煙のための支援が充実しています。1回で禁煙できる人は少なく、あきらめずに禁煙を繰り返すことが成功の秘訣です。「とりあえず禁煙をしてみる」と楽な気持ちで取り組んでみませんか？

▼詳細 保健福祉課健康推進係 ☎23-4044

広 告