

各種健診等のご案内

健診等の日程はp.28
町内イベントカレンダー
をご覧ください。

町のホームページからでも

確認できます→

<注意>

- ・乳幼児健診とBCG予防接種は対象者へ個別にご案内します。
- ・健診を希望する方は、健診日の1週間前までに健康推進係へ申し込みください。
- ・特定健診やがん検診は、町内イベントカレンダー以外の日程でも受けることができます。

乳幼児健診
各種事業

各種健康診査

休日・夜間の受診先

<休日・昼間>

日曜・祝休日は江別市内内科小児科休日急病当番
をご利用ください。詳細はp.28町内イベントカ
レンダーをご確認ください。

町のホームページからでも

確認できます→



急病当番医

※医療機関の都合により、変更となる場合があります。
最新情報は新聞紙上や救急安心セン
ターさっぽろ、北海道救急医療・広域災害情
報システムでご確認ください。

急病時・夜間の相談先

■救急安心センターさっぽろ

24時間・365日、看護師が相談に対応。受診可能
な医療機関をご案内します。

・電話番号 #7119 または 011-272-7119

■こども医療でんわ相談

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

・電話番号 #8000 または 011-232-1599

■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（年末年
始などの連休も可）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>

<夜間>

■江別市夜間急病センター 内科 小児科

・住 所 江別市錦町14-5

・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

■勤医協中央病院 内科

・住 所 札幌市東区東苗穂5条1丁目9-1

・受付時間 19時～翌朝9時（年中無休）

・電話番号 011-782-9111

近くの医療機関案内

診療時間は、町のホームページに掲載しています。
少し遅い時間に診療している医療機関もありますの
でご確認ください。

予防接種（個別） 実施医療機関

ご希望の方は、事前にお申込みください。

医療機関名	電話番号 (札幌市外局番 011)	予防接種						健診 特定健診・ 後期高齢者健診・ 肝炎ウイルス検診
		5種混合・ 水痘・MR・ DT	小児肺炎球菌・ B型肝炎・ ロタ	日本脳炎	子宮頸 がん	高齢者 肺炎球菌	高齢者 帯状疱疹	
勤医協当別診療所	23-3010	●		●		●	●	●
さいわい内科消化器クリニック	27-7591					●	●	●
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25-3151	●	●	●	●	●	●	●
田園通りさわぎき医院	25-2055	●	●	●		●	●	●
当別あんしんクリニック（予約はWEB）	27-8012	●	●	●	●	●	●	●
とうべつ内科クリニック	22-1313					●	●	●
とうべつ整形外科	25-5040			6歳～	●	●	●	
ふとみクリニック	25-3800						●	
北海道医療大学病院（札幌市北区）	778-7575	●	●	●	●	●	●	●

※小児科定期予防接種（子宮頸がん除く）は、江別市内の小児科6カ所でも接種可能です。

※BCGは町内ではゆとりの他、当別あんしんクリニックでも接種可能です

オーラルフレイルを知っていますか？

オーラルフレイルとは、歯が抜けることその他、食べる、話すといった口の機能の「ささいな衰え」が重なり、口の機能が低下する危険性が高まっている状態です。進行すると、筋肉量の低下や要介護状態など全身状態に影響が出る可能性があります。改善する可能性もあります。

令和6年度当別町後期高齢者健康診査結果では、受診者のうち30.7%が口の「ささいな衰え」があり、12.2%がオーラルフレイルの可能性のある状況でした。

オーラルフレイル対策の3つのポイント

①「ささいな衰え」に気を付けましょう。

下の「オーラルフレイルチェック」で「ささいな衰え」を確認しましょう。○が二つ以上あると、オーラルフレイルの危険性が高い状態です。

質問		○	×
①	自身の歯は20本未満ですか？		
②	半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？		
③	お茶や汁物等でむせることがありますか？		
④	口の渇きが気になりますか？		
⑤	普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがありますか？		

②かかりつけの歯医者さんを持ちましょう。

「ささいな衰え」を自分で気づくことができない場合もあるため、かかりつけの歯科医を持ち、定期的に健診を受けましょう。

町内居住の後期高齢者医療保険加入者は、500円で毎年歯科健診を受けることができます。むし歯や歯周病の健診の他に、口腔機能の評価も行います。

③バランスの取れた食事をとりましょう。

口の機能の低下により、食べることに支障が出ると必要な栄養が取れず、体力が低下します。のど越しがよく、食べやすい物だけを選ぶのではなく、バランスの取れた食事を心がけましょう。

すぐにできる！お口の体操

①口をすぼめたり、「イー」と横に開いたりします。



②舌を下顎の先、鼻の頭を触るつもりで伸ばします。

さらに、舌を左右に伸ばす、口の周りをぐるりと動かします。

お口は健康の入り口です。いつまでもおいしく食べ、楽しく会話したいですね。

▼問合せ 保健福祉課健康推進係（ゆとろ内・☎23-4044）

広 告