

## 健康ひろば 2月の予定

## 今月・来月上旬の予定

日時	行事	場所	詳細・問合せ
2 / 5 (木) 13:00 ~ 14:00	4ヵ月・10ヵ月児健診	ゆとろ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
5 (木) 13:45 ~ 14:00	B C G 予防接種	ゆとろ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
13 (金) 7:55 ~ 8:10	バス送迎検診	西コミ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
13 (金) 13:00 ~ 14:00	1歳8ヵ月・3歳児健診	西コミ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
19 (木) 13:00 ~ 15:00	歯科健診・フッ素塗布	西コミ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
3 / 4 (木) 7:55 ~ 8:10	バス送迎検診	ゆとろ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
5 (木) 13:00 ~ 14:00	4ヵ月・10ヵ月児健診	ゆとろ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
5 (木) 13:45 ~ 14:00	B C G 予防接種	ゆとろ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
13 (金) 13:00 ~ 14:00	1歳8ヵ月・3歳児健診	ゆとろ	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)

## 検(健)診 いずれも事前の申込みが必要です。

種類	内容(対象)	詳細・申込み
各種がん検診(集団・個別)	胃・肺・大腸・子宮・乳がん検診	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
肝炎ウイルス検診	B・C型肝炎ウイルス検診	
特定健診	当別町国民健康保険加入者で、40~74歳の方	住民課 (☎ 23 - 4044)
後期高齢者健診	後期高齢者医療加入者の方	

## 予防接種 下記医療機関へ事前の予約が必要です。子どもが接種する時は母子健康手帳を持参して下さい。

種類	内容(対象)	詳細・問合せ
高齢者肺炎球菌	65歳の方、60歳以上で心臓・腎臓・呼吸器に重い障がいのある方。今年度に限り70・75・80・85・90・95歳の方、100歳以上の方。	福祉課 (ゆとろ内・☎ 23 - 2346)
4種混合・ポリオ・DPT・ヒブ・小児肺炎球菌・MR・DT・子宮頸がん・水痘	4種混合はDPTとポリオ。DPTはジフテリア・百日せき・破傷風。MRは麻しん・風しん。DTはジフテリア・破傷風。	

## 実施医療機関

当別町国保加入者で40~74歳の方の特定健診については、下記医療機関と江別市立病院、北海道医療大学病院(あいの里)、北海道対がん協会札幌がん検診センターで受診できます。各種がん検診についてはお問合せ下さい。  
高齢者肺炎球菌予防接種については、下記医療機関と北海道医療大学病院(あいの里)で接種できます。

医療機関名(五十音順)	電話番号	検(健)診			予防接種			
		肝炎ウイルス(B・C型)検診	特定健診	後期高齢者健診	4種混合・ポリオ・DPT・ヒブ・MR・DT・水痘	小児肺炎球菌	子宮頸がん	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	●	●	●	●			●
近藤医院	23 - 2021	●	●	●	●	●	●	●
さわざき医院	25 - 2055	●	●	●	●	●		●
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25 - 3151	●	●	●	●	●	●	●
とうべつ整形外科	25 - 5040						●	●
とうべつ内科クリニック	22 - 1313	●	●	●				●
堀江病院	22 - 3111	●	●	●			●	●

窓口はこちら ■福祉課：保健サービス係(ゆとろ内・☎ 23 - 2346) ■住民課：国保・後期高齢者医療係(☎ 23 - 4044)

広告

広告



## 救急当番医（内科系）

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

- 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（江別市錦町 14 - 5）

内科・小児科の急病の方の診療をします。  
受付時間：18時30分～翌朝6時30分（年中無休）  
電話 011 - 391 - 0022

### ■ 北海道小児救急電話相談

症状に応じた助言を医師や看護師から受けられます。  
受付時間：19時～23時（年中無休）  
プッシュ回線 # 8000  
ダイヤル回線 011 - 232 - 1599  
携帯

### ■ 北海道救急医療・広域災害情報システム

休日・夜間当番医や診療科目、地域・夜間を指定して受診可能な医療機関を検索できます。  
フリーダイヤル 0120 - 20 - 8699  
携帯 011 - 221 - 8699  
FAX 案内サービス 011 - 272 - 8699  
URL <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

## 肺の生活習慣病！まずは禁煙で予防しましょう

有害な粒子やガスを吸い込んでしまうことで、肺や気管支が炎症を起こし、呼吸が上手くできなくなる進行性の病気を『慢性閉塞性肺疾患（COPD）<sup>シーオービーディー</sup>』といいます。症状は息切れ、長く続く咳や痰など、ありふれたものが多いです。

### ◆ COPD 発症の原因は？

COPD はたばこを吸い続けるとかかる肺の生活習慣病ともいわれ、原因の約90%が喫煙によるものです。たばこの煙が肺を破壊し、ゆっくりと呼吸機能を低下させます。非常に進行が遅いため、症状に慣れて異常に気がつかずに生活を送る人も多いこの疾患。失われた呼吸機能は完全には元に戻らないため、息切れに伴う行動の制限などにより生活の幅を狭めてしまい、全身が衰弱します。

### ◆ 禁煙は COPD の予防であり、最初の治療です。

COPD の最大の予防法と最初の治療法は禁煙です。禁煙には遅すぎるということはなく、禁煙の直後からたばこによるダメージを回復させることができます。

### ◆ 禁煙外来を上手に活用しましょう。

禁煙が難しい理由は、ニコチンのもつ強い依存性が原因です。ニコチン依存症は治療が必要な病気とされ、喫煙歴などの条件を満たした人には医療機関での禁煙治療に健康保険を適用し、貼り薬や飲み薬を使うことで、確実に楽に禁煙をすることが可能となりました。また、薬局などでもニコチンパッチやガムなどの『禁煙補助薬』も販売され、禁煙をサポートしてくれます。

自分の力だけでなく、医師や禁煙補助薬の力も借りて禁煙を成功させ、COPD を予防しましょう。

▼詳細 福祉課保健サービス係 ☎ 23 - 2346

# 告 白