

子どもの健康に関すること

行事	日時	場所
4カ月児・10カ月児健診、 BCG接種 (13:45～)	11/1 (木) 13:00～14:00 12/6 (木) 13:00～14:00	ゆとろ
1歳6カ月児・3歳児 健診	11/16(金) 13:00～14:00	ゆとろ
すくすく相談	11/28(水) 10:00～16:00	ゆとろ
ぱくぱく教室(離乳食教室)	11/13(火) 10:00～11:30	ゆとろ
歯科健診・フッ素塗布	12/12(水) 13:30～15:30	ゆとろ

予防接種(個別)

- 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。
- インフルエンザ予防接種～実施期間は12月31日まで。
小児期は、生後6ヵ月～中学3年生の方。高齢者は65歳以上の方、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	電話番号	予防接種					健診	
		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	インフルエンザ 小児期 高齢者	特定健診・ 後期高齢者健診・ 肺炎ウイルス検診	
おくやま内科・外科クリニック	27-5522				●	小学生～	●	
勤医協当別診療所	23-3010	●		●	●	小学生～	●	
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25-3151	●	●	●	●	6カ月～	●	
田園通りさわぎき医院	25-2055	●	●	●	●	1歳～	●	
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～	●	6カ月～	●	
ふとみクリニック	25-3800					小学生～	●	
北海道医療大学病院(札幌市北区)	011-778-7575	●	●	●	●		●	

各種検診

行事	日時	場所
バス送迎健診(がん検診等)	11/29(木) 7:55～8:10	西コミ
	12/4(火) 7:55～8:10	ゆとろ
とうべつ総合健診	11/4(日) 7:00～11:00 12:45～14:00	ゆとろ

個別健診(町内)

特定健診、後期高齢者健診、肺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

行事	日時	場所
健診結果説明会	11/20(火) 9:30～12:00	ゆとろ
	11/27(火) 9:30～12:00	
運動サポート教室	11/7(水) 18:45～20:30	総合体育館
	11/21(水) 18:45～20:30	
	12/5(水) 18:45～20:30	
	12/12(水) 18:45～20:30	

いきいき健康生活

COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていますか?

◆COPDってなに?

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、「慢性気管支炎」と「慢性肺気腫」のどちらか、または両方によって肺への空気の流れが悪くなる病気です。日本では40歳以上の8.5%、約530万人以上の潜在患者がいるといわれていますが、治療を受けているのはそのうち5%未満です。

◆どんな症状?

長く続くせきやたん、息苦しさが主な症状です。始めのうちは少しの動作だけで息切れを感じるため「年のせい」と見過ごしがちですが、悪化すると食事や歩行も難しくなります。気になる症状があれば早めに医療機関へ受診しましょう。

◆原因はなに?

最大の原因は喫煙です。喫煙者の15～20%が

COPDを発症するといわれています。

◆予防する方法は?

- ①(禁煙) 予防は禁煙に尽きます。禁煙外来では条件により医療保険が適用となりますので活用しましょう。また、家族など身近に喫煙者がいる場合は喫煙する部屋を分けるなど分煙しましょう。
- ②(軽い運動) ウォーキングや腹式呼吸など軽い運動は、呼吸機能を高めることに効果的です。
- ③(感染症の予防) インフルエンザや肺炎にかかると重症化する危険性があります。手洗いや規則正しい生活習慣で予防しましょう。また、ワクチン接種することで感染の重症化を防ぐことができます。当別町では対象年齢の方へのワクチン接種を実施していますので受診しましょう。

休日・夜間の受診先

発熱や腹痛など、初期段階や比較的軽い症状の方の診察を行います。当番医は下表のとおりです。

<休日・昼間>

■当別町・江別市内科休日急病当番医

内科

<夜間>

■江別市夜間急病センター

内科 小児科

- ・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）

月	日	当別/江別	医療機関名	住所	電話番号	受付時間
11月	3日(土・祝)	江別	みはらしクリニック	江別市元江別890-15	011-384-3184	9時～17時
	4日(日)	当別	スウェーデン通り内科循環器科クリニック	太美町1488番地348	25-3151	9時～正午、14時～17時
		江別	おおあさ鈴木ファミリークリニック	江別市大麻扇町3番地	011-386-5303	9時～17時
	11日(日)	江別	溪和会江別病院	江別市野幌代々木町81-6	011-382-1111	9時～17時
		当別	勤医協当別診療所	末広118番地52	23-3010	9時～正午、14時～17時
	18日(日)	江別	はまもと内科クリニック	江別市上江別東町4-27	011-788-7636	9時～17時
		当別	田園通りさわぎき医院	北栄町17番地13	25-2055	9時～正午、14時～17時
	23日(金・祝)	江別	江別市立病院	江別市若草町6	011-382-5151	8時30分～17時
	25日(日)	江別	高橋内科医院三番通りクリニック	江別市大麻ひかり町32-1	011-387-7788	9時～17時
		当別	とうべつ内科クリニック	西町21番地9	22-1313	9時～正午、14時～17時
12月	2日(日)	江別	大麻内視鏡内科クリニック	江別市大麻東町31-1	011-386-3366	9時～17時
		当別	スウェーデン通り内科循環器科クリニック	太美町1488番地348	25-3151	9時～正午、14時～17時
	9日(日)	江別	溪和会江別病院	江別市野幌代々木町81-6	011-382-1111	9時～17時
		当別	田園通りさわぎき医院	北栄町17番地13	25-2055	9時～正午、14時～17時
		江別	アウル内科クリニック	江別市東野幌本町2-18	011-383-3456	9時～17時

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 011 - 272 - 7119 または # 7119

■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
- ・電話番号 011 - 232 - 1599 または # 8000

■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・ゴールデンウィーク・お盆期間中も可）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>

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。

少し遅い時間や土曜日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。

広 告