

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~)	8/8(木) 13:00~14:00	ゆとろ
	9/5(木) 13:00~14:00	
1歳6カ月児・3歳児 健診	9/6(金) 13:00~14:00	ゆとろ
歯科健診・フッ素塗布	8/21(水) 13:30~15:30	ゆとろ
すくすく相談	8/28(水) 10:00~16:00	ゆとろ
ぱくぱく(離乳食)教室	9/10(火) 10:00~11:30	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歳以上になる方、
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	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	特定健診・ 後期高齢者健診・ 肝炎ウイルス検診
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	●	●	●	●	●
田園通りさわぎき医院	25-2055	●	●	●	●	●
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~	●	
北海道医療大学病院(札幌市北区)	011-778-7575	●	●	●	●	●

※小児期定期予防接種については、4月から江別市内の小児科8カ所でも接種可能となりました。

い き い き 健康生活  = あと2杯の水分摂取の習慣を身に付けましょう

《体の水分》

体の約60%は水分です。例えば体重60kgの人の場合は、約36kg分が水分となります。人は暑いところでは血管を広げ、汗をかくことで体温を調整しています。たくさん汗をかき、血液や細胞内の水分が減ると、重大な事故や健康障害を起こす可能性があります。

- ・2%減ると…のどが渇く、食欲が減る
- ・5%減ると…頭痛、尿量減少、倦怠感
- ・10%減ると…けいれん、意識を失う
- ・20%減ると…死亡の恐れ

《熱中症に要注意!》

血液や細胞内の水分が減ると酸素や栄養を体内にうまく運搬できなくなったり、体温調整ができなくなる

各種検診

行事	日時	場所
巡回ドック	8/22(木) 7:00~9:30	西コミ
	8/23(金) 7:00~9:30	
	8/25(日) 7:00~9:30	ゆとろ
	8/26(月) 7:00~9:30	
エキノコックス症検診	8/22(木) 10:00~11:00	西コミ
	8/25(日) 10:00~11:00	ゆとろ

個別健診(町内)

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

行事	日時	場所
健診結果説明会	8/20(火) 9:30~12:00	ゆとろ
	8/27(火) 9:30~12:00	

ことで、熱中症を起こすことがあります。これからの季節は、暑い日の屋外やスポーツ中だけではなく、室内でも起きることがあります。外出の際には帽子などをかぶり、室内ではクーラーや扇風機を活用しましょう。体の水分を失うことで血栓ができやすくなり、脳梗塞や心筋梗塞につながる恐れもあります。

《コップであと2杯の水分をとりましょう!》

のどの渇きは脱水が始まっている証拠です。渇きを感じる前に水分をとりましょう。多くの方は水分の摂取量が不足気味といわれています。平均的には、コップの水をあと2杯飲めば1日に必要な水の量をおおむね確保できます。起床時や入浴後など、「あと2杯」の水を飲む習慣を身につけましょう。

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>

■江別市内科休日当番

内科

月	日	医療機関名	住所	電話番号	受付時間
8月	4日(日)	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
	11日(祝)	高橋内科医院	江別市大麻扇町 3	011-386-5222	9時～17時
	12日(月・振休)	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
	18日(日)	友愛記念病院	江別市新栄台 46-1	011-383-4124	9時～17時
	25日(日)	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
9月	1日(日)	江別谷藤病院	江別市幸町 22番地	011-382-5111	9時～17時
	8日(日)	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
		おお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
	15日(日)	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
	16日(月・祝)	北町クリニック	江別市大麻北町 607番地 2	011-386-2160	9時～17時
	22日(日)	江別市立病院	江別市若草町 6	011-382-5151	8時30分～17時
	23日(月・祝)	あさひ町南大通クリニック	江別市朝日町 3-30	011-383-9816	9時～17時
29日(日)	野幌病院	江別市野幌町 53	011-382-3483	9時～17時	

※4月～11月の町内急病当番の実施はありません。江別市内科休日当番をご利用ください。

<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)

■勤医協中央病院

内科

- ・受付時間 19時～翌朝7時(年中無休)
- ・電話番号 011-782-9111
(札幌市東区東苗穂5条1丁目9-1)

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

■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 #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・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