

# 健康ひろば 7月の予定

## 各種健診

健診名	受付日時 / 場所	対象・内容
乳幼児 4か月・ 10か月児健診 1歳8か月・3 歳児健診	3 金 13:00～14:00 ゆとろ	個別通知 しています
	17 金 13:00～14:00 ゆとろ	
各種健診 センター検診 (がん検診) 胃・肺・大腸が ん検診 肝炎ウイルス 検診 後期高齢者健診 特定健診	9 木 7:55～8:10 西コミ	バスで札幌検診 センターへ行き ます
	24 金 7:55～8:10 ゆとろ	
	14 火 7:00～9:00 西コミ	町内に検診車が きます
	15 水 7:00～9:00	
	19 日 7:00～9:00 ゆとろ	
	町内委託医療機関 で随時実施	B・C型肝炎 ウイルス検査
予約の上、受診くだ さい	75歳以上の方	
	40～74歳の方	

※特定健診は、江別市立病院、北海道医療大学病院  
(あいの里)の医療機関でも実施します。

## 予防接種

母子健康手帳を持って直接  
会場にお越しください。

種類	受付日時 / 場所	対象
BCG	3 金 14:00～14:30 ゆとろ	生後6か月未満の乳児

DPT、DT、麻疹風疹混合ワクチンは、随時個人で接種で  
きます。右記医療機関へ予約の上、受診ください

### ■各種健診・予防接種についての詳細・申込み

福祉課保健サービス係 (ゆとろ内・☎23-2346)

### ■特定健診・後期高齢者健診についての詳細・申込み

住民課国保・後期高齢者医療係 (☎23-4044)

## つどい

事前申し込みが必要です

つどい名	日時 / 場所	対象
友遊会 (当別地区)	13 月 10:00～12:00 ゆとろ	高齢の方で外出の 機会が少なくなっ ている方
かすみ草の集い (西当別地区)	28 火 10:30～14:30 西コミ	
断酒会	第1・第3月曜 18:00～21:00 ゆとろ	お酒で悩んでいる 方・家族
身体障害者 カラオケの会	14 火 13:00～17:00 ゆとろ	障害者の方 どなたでも

### ▼申込み 友遊会・かすみ草の集い

保健サービス係 (☎23-2346)

断酒会 日中 (江別保健所・☎011-383-2111)

夜間 (工藤・☎22-2510)

身体障害者カラオケの会 社会福祉協議会  
(ゆとろ内・☎22-2301)

## 各種相談

相談名	日時 / 会場 / 申込み等
健康相談	29 水 9:30～11:30 会場 / ゆとろ 申込み / 保健サービス係
心の健康相談 【心の悩みについ て専門医が相談】	24 金 13:30～16:00 会場・申込み 江別保健所 (☎011-383-2111)

## 町内委託医療機関

肝炎ウイルス検診、特定健診、  
後期高齢者健診は全ての医療機関で実施

医療機関名	電話番号	予防接種
勤医協当別診療所	23-3010	○
近藤医院	23-2021	○
さわぎき医院	25-2055	○
スウェーデン通り内科 循環器科クリニック	25-3151	○
とうべつ内科クリニック	22-1313	
堀江病院	22-3111	
北海道医療大学 歯科内科クリニック	23-1604	

# 広 告

## 急病当番医（内科系）

- ◆ 平日 19時～21時
- ◆ **土曜** 14時～17時
- ◆ **日曜・祝日** 9時～12時・14時～17時

日	月	火	水	木	金	土
			7/1 スウェーデン	2 さわぎ	3 とうべつ	4 近藤
5 堀江	6 堀江	7 堀江	8 堀江	9 スウェーデン	10 さわぎ	11 とうべつ
12 近藤	13 堀江	14 堀江	15 堀江	16 堀江	17 勤医協	18 さわぎ
19 とうべつ	20 近藤	21 堀江	22 堀江	23 堀江	24 堀江	25 勤医協
26 スウェーデン	27 とうべつ	28 近藤	29 堀江	30 堀江	31 堀江	8/1 堀江
2 堀江	3 堀江	4 堀江	5 勤医協	6 スウェーデン	7 さわぎ	8 近藤
9 堀江	10 堀江	11 堀江	12 堀江	13 勤医協	14 スウェーデン	15 さわぎ

■ **江別市夜間急病センター**（江別市錦町 14 番地 5）  
 内科・小児科の急病の方の診察をします。  
 応急対応をします。薬は 1 日分の処方です。  
**受付時間** 19時～翌朝 6 時 30 分（年中無休）  
**☎** 011 - 391 - 0022

■ **北海道救急医療情報システム**  
 受診可能な病院を検索できます。  
**☎** 0120 - 20 - 8699  
**☎** 011 - 221 - 8699（携帯電話から）  
 FAX 011 - 272 - 8699  
 URL <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

### 【8月の予定】

4	火	歯科健診・フッ素塗布	ゆとろ	13:00～15:00
7	金	4か月・10か月児健診	ゆとろ	13:00～14:00
7	金	BCG 予防接種	ゆとろ	14:00～14:30
10	月	友遊会	ゆとろ	10:00～13:00



いきいき  
健康生活

## STOP THE 食中毒！！

食中毒は 7 月～ 9 月にかけて多く発生しています。菌を「つけない」「増やさない」「殺す」3 原則で食中毒発生を防ぎましょう。

### ◆食中毒予防の 3 原則◆

#### 1 細菌をつけない（清潔、洗浄）

食中毒を起こす細菌は、魚や肉、野菜などの食材についていることがあります。手の洗浄・消毒はもちろん、食品を区分けして保管したり、調理器具を使い分けることなどが必要です。

#### 2 細菌を増やさない（冷却、迅速）

冷蔵庫で食品を保存していても菌やウイルスは、10℃を越えると除々に増殖しはじめます。冷蔵庫内を 10℃以下に保てるように、ドアを 15 秒以上開けないことや冷蔵庫内の容量を 7 割程度にしておくことが必要です。また調理は迅速にし、調理後は早く食べることが大切です。

#### 3 細菌を殺す（加熱、殺菌）

食品はしっかり加熱し、表面だけでなく中心部まで火を通しましょう。ほとんどの菌は 85℃以上で 1 分以上の加熱で死滅します。

カレーや煮物などよく火が通っている食品でも時間が経っていれば、菌やウイルスが増殖している可能性があります。温め直しの際にも全体に火が通るまでしっかり加熱しましょう。

#### ▼詳細 福祉課保健サービス係

（ゆとろ内・☎ 23 - 2346）

# 広 告