

健康ひろば 9月の予定

乳幼児

母子健康手帳をお持ち下さい

種類	受付日時 / 会場 / 対象
健診	4ヵ月・10ヵ月児健診 2 木 13:00～14:00 ゆとろ
予防接種	BCG (結核) 2 木 14:00～14:30 ゆとろ 生後6ヵ月未満乳児
	DPT (三種混合) 随時個人で接種可能。
	DT (二種混合) 右記医療機関へ予約の上、母子健康手帳を持参してください。
	MR (麻疹・風疹)

※詳細は「ゆとろ発信！あかちゃんだより」(ゆとろにて配布)に掲載しています。

成人

事前申し込みが必要です

種類	受付日時 / 会場 / 対象
集団検診	①巡回ドック【胃・肺・大腸がん、特定健診】 1 水 7:00～9:00 ゆとろ
	②フレッシュ健診【基本健診】 2 木
	※35歳以上の方は胃がん受診可能 ①当別町国保で40～74歳の方 ②職場で健診を受ける機会のない18～39歳の方
バス送迎検診【各種がん検診】	16 木 7:55～8:10 ゆとろ 受付後、対がん協会(札幌)へバスで送迎
個別健診	個別検診【各種がん検診】 対がん協会(札幌)【各種がん検診】 あいの里産婦人科【子宮がんのみ】 で受けることができます
	★肝炎ウイルス検診 B・C型肝炎ウイルス検査
	★特定健診 当別町国保で40～74歳の方
	★後期高齢者健診 後期高齢者医療制度加入の方

※上記★印の健(検)診は、右記医療機関にて随時実施

■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)

相談

種類 / 内容	日時 / 会場 / 申込み等
健康相談【健康についてのご相談】	29 水 9:30～11:30 ゆとろ 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】	16 木 13:30～16:00 江別保健所 (☎011-383-2111)
もの忘れ相談【もの忘れについてのご相談】	9 木 13:30～17:00 ゆとろ
	30 木 地域包括支援センター (☎25-5152)

つどい

事前にお問合せください

種類 / 対象	日時 / 会場 / 申込み等
断酒会【お酒で悩んでいる方と家族】	6 月 18:00～21:00 ゆとろ 日中 江別保健所 (☎011-383-2111)
	20 月 夜間 工藤(☎22-2510)
身体障害者カラオケの会【障がい者の方どなたでも】	14 火 13:00～17:00 ゆとろ 社会福祉協議会 (☎22-2301)

実施医療機関

肝炎ウイルス・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	乳幼児の予防接種
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	
おくやま内科・外科 クリニック	27-5522	

※特定健診は、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も受診できます。

各種健(検)診の詳細については、当別町ホームページまたは、『ゆとろ発信！健康だより』(ゆとろ配布)に掲載しています。

広 告

救急当番医（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
			9/1 スウェーデン	2 堀江	3 堀江	4 勤医協
5 堀江	6 とうべつ	7 さわぎ	8 堀江	9 近藤	10 堀江	11 堀江
12 勤医協	13 堀江	14 とうべつ	15 さわぎ	16 堀江	17 近藤	18 スウェーデン
19 堀江	20 勤医協	21 堀江	22 とうべつ	23 さわぎ	24 堀江	25 近藤
26 スウェーデン	27 堀江	28 勤医協	29 堀江	30 とうべつ	10/1 さわぎ	2 堀江
3 近藤	4 スウェーデン	5 堀江	6 堀江	7 勤医協	8 とうべつ	9 さわぎ
10 堀江	11 近藤	12 スウェーデン	13 堀江	14 堀江	15 勤医協	16 堀江

■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

休日・夜間当番医や診療科目（小児科・耳鼻科など）、地域・時間を指定して受診可能な医療機関を検索できます。

☎ 0120 - 20 - 8699

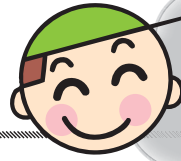
☎ 011 - 221 - 8699（携帯電話から）

FAX 011 - 272 - 8699

URL <http://www.aq.pref.hokkaido.jp>

【10月上旬の予定】

6	水	ポリオ	西コミ	13:00～13:30
7	木	ポリオ	ゆとろ	13:00～13:30
8	金	1歳8ヵ月・3歳児健診	西コミ	13:00～14:00



いきいき
健康生活

命を守る、「うつ病」への対応

毎年、全国の自殺者数は3万人を超えています。その7割は心の病気で、そのうちの3割はうつ病が占めています。一生のうちに15人に1人はうつ病にかかると言われており、身近な病気といえます。

うつ病の症状は？

- ・気分がふさぎこむ。
- ・興味、喜びを感じない。
- ・疲れやすさ、気力の減退、不安、あせり、自責感を持つ、思考力の低下など。
- ・不眠、食欲低下や増進、肩こり、頭痛、めまい、著しい体重減少や増加など。
- ・元気がない、体調不良の訴えが多い、仕事のミスが増える、人との交流を避ける、飲酒量が増えるなど。

これらの症状が2週間以上続く場合は、専門医に受診をすることをお勧めします。

周囲のサポート方法のポイントとは？

- ・励まさない。
- ・本人のペースを大切にする。
- ・必要以上に気を使いすぎない。
- ・本人ができることを一緒に考え、身近で小さな目標を具体的に立てる。

自分や家族の症状や悩みに「気づき」、本人に暖かく寄り添い「見守り」、必要な時は専門医に「つなぐ」ことで、大切な命を守りましょう。

▼詳細 福祉課保健サービス係
(☎ゆとろ内・23 - 2346)

広 告