

まるまる 協力隊の〇〇な話 菅原銀二郎



来るのがとても楽しみだと打ち明けてくれました。

北海道といえばウィンタースポーツですが、最近初めてスノーモービルで雪原を爆走するという体験をしました。パウダースノーの上を、物凄いエンジン音と速さで駆け抜けていくスリルと快感



は、間違いなく

道東ならではのアクティビティです。本当に感動しました。

今年度は、別海町観光パンフレットの改版と、別海町の新しいお土産ブランドの開発に向けて、動いてきたことが形になる段階が近づいてまいりましたので、このコーナーでも改めて告知することができればと思っています。それでは、協力隊の菅原から〇〇な話でした。

皆さま、明けましておめでとうございます。この記事が掲載されるのは2月号と伺っていますが、今この文章は1月に書いたものなので、遅めの新年のご挨拶とさせていただきます。



元気未来っ子 1歳6か月児

()内は保護者名
※希望された方を掲載
しています。



佐藤 寛太くん
(丈寛)



岡崎 怜菜ちゃん
(哲児)



山田 琉煌くん
(祐貴)



佐藤 千尋くん
(悠)



杉目 絢音くん
(紘之)



品堀 花恋ちゃん
(修)



宮川 夏帆ちゃん
(比呂巳)



鎮守 桜二郎くん
(貞嘉)



木下 昂春くん
(寿博)



内山 亜子ちゃん
(優)



芳賀 基くん
(守)



小林 優太くん
(和樹)



西尾 ひかりちゃん
(和人)



石丸 壮心くん
(勝朗)



竹本 彩葉ちゃん
(誠)



吉原 裕都くん
(拓也)



楠 美杏ちゃん
(拳)

別海町子育て支援センター「はみんぐ」

2月の予定



「はみんぐ」は、子育て中の親子の交流、子育てに関する情報提供の場として、いつでも気軽に利用できる施設です。

子育てに不安や悩みがありましたら、お気軽にご連絡ください。

「はみんぐ」1週間のスケジュール

時間	曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10:00~12:00		ふれあい遊び	はみんぐ ひろば	赤ちゃん ひろば	絵本の日	ひよこ はみんぐ
13:00~16:00		自由に遊べます。工作、手遊び、読み聞かせ等を随時行っています。				

今月のこにちは「はみんぐ」

尾岱沼	9日(木) 10:00~11:30	きらくる	工作、手遊び、読み聞かせを行います。 短い時間の参加也大歓迎です。 たくさんのご参加お待ちしております。
	23日(木) 10:00~11:30	東公民館	
西春別	2日(木) 10:00~11:30	西児童館	

はみんぐセミナー

7日(火)
午前11時から
午前11時30分

バレンタイン工作です。

工作の日

21日(火)・22日(水)
午前11時から
午前11時30分

ひな祭り工作です。

問合せ／子育て支援センター「はみんぐ」 別海寿町1番地 中央児童館内
TEL・FAX 75-1828 Eメール hamingu@arens.or.jp

子育て支援センターおよび児童館へのご意見、ご要望などは、福祉課こども子育て担当までお聞かせください。
(内線 1331・1313)

インファントマッサージ教室

オイルを使用した赤ちゃんへのマッサージです。お母さんと赤ちゃんの絆を深めます。

時間 午前10時から午前11時30分頃まで

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

料金 町内に住所のある方 1,000円

1回 その他 2,000円

申込締切
2月15日

3月コース

全4回

3月2日(木)

3月9日(木)

3月16日(木)

3月23日(木)

インファントマッサージ教室 おさらいの会

これまで教室に参加された方を対象に、おさらい会を開催します。なお、申込み状況により次回に参加していただく場合もありますので、ご了承ください。

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

開催日 3月30日(木)午前10時から午前11時30分まで

※次回は6月29日(木)に開催予定。

申込締切
2月15日

料金 1,000円

母子健康センターからのお知らせ

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定し、母子健康手帳の交付を受けるよう言われた方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いします。

また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要となります。個人番号カードをお持ちの方は個人番号カードを、お持ちでない方は通知カードと運転免許証等の写真付きの身分証明になるものをお持ちください。不明な点は、お問合せください。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんのことなど困ったときは、いつでもご利用ください。



問合せ／母子健康センター TEL 75-2262 FAX 75-0337

「第4次別海町母子保健計画(原案)」に関するパブリックコメントの募集について

町では、すべての子どもが健やかに育つことを目標に、今後の母子保健施策の基本となる「第4次別海町母子保健計画」の策定を進めています。

策定に当たり、広く町民の皆さんにご意見を伺うことを目的にパブリックコメントを実施します。

詳細については、町ホームページ、町民保健センター、役場1階ロビー、各支所、各連絡事務所、各公民館、図書館、町民体育館、児童デイサービスセンターで閲覧資料をご覧ください。

■募集期間 1月30日(月)から2月28日(火)まで

問合せ／町民保健センター 母子保健担当 TEL 75-0359

保健センター からの お知らせ

2・3月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
2月	7	火	5 歳 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15-9:30/13:15-13:30(受付)
	8	水	乳 幼 児 相 談	尾 岱 沼 地 域 セ ン タ ー	10:00~10:30
	9	木	乳 幼 児 相 談	西 春 別 ふ れ あ い セ ン タ ー	10:00~11:00
	10	金	乳 幼 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00~11:30
	14	火	離 乳 食 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:30~12:00
	15	水	4 か 月 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	12:50~13:00(受付)
	16	木	1 歳 6 か 月 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15~9:45(受付)
			3 歳 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	13:00~13:30(受付)
			※午前11時に1歳6か月児健診、午後13時に3歳児健診を予定していますが、予定人数のばらつきにより、午前と午後の呼び出し時間が替わる場合があります。必ず3週間前に発送される案内をご確認ください。		
	21	火	1歳3か月歯磨き教室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:00~11:30
3月	23	木	フ ッ 素 塗 布	西 春 別 ふ れ あ い セ ン タ ー	10:00~11:30
	24	金	フ ッ 素 塗 布	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:30~11:30/13:00~15:30
	7	火	1 歳 3 か 月 歯 磨 き 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:00~11:30
	8	水	乳 幼 児 相 談	西 春 別 ふ れ あ い セ ン タ ー	10:00~11:00
	9	木	乳 幼 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00~11:30
	14	火	離 乳 食 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:30~12:00
	15	水	4 か 月 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	12:50~13:00(受付)
	16	木	1 歳 6 か 月 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15~9:45(受付)
			3 歳 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	13:00~13:30(受付)
	23	木	フ ッ 素 塗 布	尾 岱 沼 地 域 セ ン タ ー	10:00~11:00
	24	金	フ ッ 素 塗 布	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:30~11:30/13:00~15:30

- 2月の4か月健診対象者 対象者には個別に通知します ■ 2月の1歳6か月児健診対象者 平成27年7月生まれのお子さん
 ■ 2月の3歳児健診対象者 平成26年1月生まれのお子さん
 ■ 2月の5歳児相談対象者 平成23年12月生まれのお子さん(午前) 平成24年1月生まれのお子さん(午後)

こころの健康相談

町民保健センターでは、
町民を対象に、臨床心理士による
「こころの健康相談」
を行っています。

2月予定 (予約が必要です。)

9日(木) 13:00~17:00
15日(水) 13:00~17:00
23日(木) 13:00~17:00

相談は
無料
です

3月予定 9日(木)、15日(水)、23日(木)
13:00~17:00

誰かに話すことで気持ちが楽になったり、
考えが整理されたりすることがあるはずです。
お気軽にご相談ください。

こんなことで悩まれている方はいませんか？

- この頃気分が落ち込んで元気が出ない
- 最近なぜか不安でたまらない
- 家族や友人にこころの病気と言われたけど、本当に病気かな？
- 家族や職場の悩みを誰かに相談したい などなど

困ったときの相談窓口～かけがえのない命を守るために～

■死にたい気持ちについての相談窓口

- ・北海道いのちの電話 011-231-4343 (24時間対応)
- ・旭川いのちの電話 0166-23-4343 (24時間対応)
- ・自殺予防いのちの電話 0120-738-556 (毎月10日のみ8:00~24時間)

※ご本人ではなくても相談できます。

※相談の際、自分の名前は教えなくても大丈夫です。

■借金・多重債務についての相談窓口

- ・法テラス 0570-07-8374 [9:00~21:00(月~金)/9:00~17:00(土)]
- ・多重債務相談窓口 011-807-5144 [9:00~17:00(月~金)]

■ひきこもり・自死遺族・その他メンタルヘルスについての相談窓口

- ・別海町傾聴ボランティア「みえるの会」
中河 090-1640-8797 佐藤 080-5584-3906

※個人情報・秘密は守られます。

■予約先・相談場所 町民保健センター母子保健担当 TEL75-0359
すでに精神科・心療内科通院中の方は、主治医の了解を得てからご予約ください。

2月の診療案内

受付時間(午前)8:15 ~ 11:00
(午後)0:30 ~ 3:00
診療開始(午前)9:00 ~
(午後)1:30 ~

病院敷地内は
全て禁煙です。

町立別海病院
☎(代表)75-2311
<http://betsukai.jp/blog/bhp/>



診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備 考
内 科 院長 西村 進 名誉院長 今村 洋 内科医長 鈴木 英雄	午 前	今 村 西 村	鈴 木	今 村 西 村	西 村 鈴 木	今 村 鈴 木	- インフルエンザ予防接種を毎週月曜から木曜の午後に実施中です。夜間診療時には行いませんので、ご注意ください。 - 血液、免疫、リウマチ専門外来を金曜日午後(西村院長 予約制)を実施していますので、詳しくはお問合せください。 - 夜間診療時の健診は行いませんので、ご注意ください。
	午 後	鈴 木	西 村	内科医	今 村	内科医 西村(予約制)	
	夜間診療	—	—	今 村	—	—	
外 科 外科医長 中島 太 外科医長 山田 能之 山田 能之 林 雄三	午 前	中 島 (外科外来) 新 庄 ※20日のみ (膝・スポーツ外来)	山 田 (外科外来)	中 島 (外科外来)	中 島 (外科外来) 北 山 ※2日、16日のみ (整形外来)	中 島 (外科外来) 北 山 ※3日、17日のみ (整形外来)	- 整形外来 北山医師の診察日が不定期となります。詳しくは下記記事をご確認ください。 - 外科診療については、緊急手術実施の際は休診または診療体制変更の可能性がありますので、あらかじめご了承願います。 - 肛門外来(月曜午後、火曜午前、金曜午後)を実施しています。
	午 後	山 田 (外科外来) 新 庄 ※20日のみ (膝・スポーツ外来)	林 (整形外来)	山 田 (外科外来)	外科医	山 田 (外科外来) 北 山 ※3日、17日のみ (整形外来)	
産 婦 人 科 副院長 山内 修	午 前	山 内	山 内	山 内	山 内	山 内	午後の診察については、検査が入るとお待たせする場合がありますのでご了承願います。
	午 後	山 内	—	—	山 内	—	
小 児 科 小児科医長 木田 和宏	午 前	木 田	木 田	木 田	木 田	木 田	火、木曜の予防接種については曜日ごとに接種内容が異なりますので、詳しくはお問合せください。また、インフルエンザ予防接種も実施中です。
	午 後	木 田	予防接種	木 田	予防接種	木 田	
精神科・心療内科 医 師 浮田 充	午 前	—	浮 田	—	浮 田	—	原則予約制ですので、受診については事前にお問合せください。また、電話での予約変更およびお問合せ(初診も含む)は、火曜(午前、午後)、水曜(午後)、木曜(午前、午後)の診療日にお掛けください。患者様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
	午 後	—	浮 田	浮 田	浮 田	—	
	夜間診療	—	—	浮 田	—	—	

●出張医による診療科

診 療 科	日付	時間	担当医師
皮膚科	10日(金)	午前 午後	澤田 匡秀 医師 (札幌医大)
	24日(金)	午前 午後	高橋 仁美 医師 (札幌医大)
耳 鼻 いんこう科	13日(月)	午前 午後	高野 賢一 医師 (札幌医大)
	14日(火)	午前	
	27日(月)	午前 午後	大國 毅 医師 (札幌医大)
	28日(火)	午前	
神経内科	2日(木)	午後	延忠 医師 (札幌医大)

※出張医による診療科は、天候・交通機関等の都合により休診および時間変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

禁煙外来からのお知らせ

禁煙外来を毎週水曜日午前に予約制にて実施しています。詳しくはお問合せください。
TEL 0153-75-2311 (代表)
Eメール kin-en@hp.betsukai.jp

外科外来からのお知らせ

- 整形外来 北山医師の2月診療日について、下記のとおりお知らせします。
診療日 2月2日(休) 午前
2月3日(金) 午前、午後
2月16日(休) 午前
2月17日(金) 午前、午後



- 膝・スポーツ外来 新庄医師の2月診療日について、下記のとおりお知らせします。
診療日 2月20日(月) 午前、午後