

保健センターからの

お知らせ

4・5月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
4月	3	火	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00~11:00
	4	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00
	5	木	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00-10:30/13:00-14:30
	10	火	離 乳 食 教 室	町民保健センター	10:30~12:00
	17	火	4 か 月 健 診	町民保健センター	9:20~ 9:30 (受付)
			1 歳 6 か 月 児 健 診	町民保健センター	12:30~13:00 (受付)
			3 歳 児 健 診	町民保健センター	13:15~13:45 (受付)
			※午前中に4か月児健診、午後に1歳6か月児健診・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、呼び出し時間が替わる場合があります。必ず3週間前に発送する案内をご確認ください。		
	23	月	1 歳 3 か 月 歯 磨 き 教 室	町民保健センター	10:00~11:30
	26	木	5 歳 児 相 談	町民保健センター	9:15~ 9:30 (受付)
27	金	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30-11:30/13:00-15:30	
5月	8	火	離 乳 食 教 室	町民保健センター	10:30~12:00
	9	水	4 か 月 健 診	町民保健センター	12:50~13:00 (受付)
	10	木	1 歳 3 か 月 歯 磨 き 教 室	町民保健センター	10:00~11:30
	15	火	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)
	16	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~10:30
	17	木	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00-10:30/13:00-14:30
	30	水	フ ッ 素 塗 布	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30
	31	木	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30-11:30/13:00-15:30

- 4月の4か月健診対象者 対象者には個別に通知します
- 4月の1歳6か月児健診対象者 平成28年9月生まれのお子さん
- 4月の3歳児健診対象者 平成27年3月生まれのお子さん
- 4月の5歳児相談対象者 平成25年2月、3月生まれのお子さん(午前)

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。

月～金 (予約制)
9:00～17:00

相談は
無料
です

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よ。
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

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。

平成30年度 各種健康診査等のお知らせ

平成30年度の各種健康診査等は下記日時・場所で予定していますが、日時や健（検）診内容、料金が変わる場合もありますので、ご了承ください。

なお、昨年度、子宮・乳がん検診以外を受診された方には問診票の発送を行いますので、不要な方はお手数ですがご連絡ください。

	月 日	曜日	会 場	受付時間	特定・若者健診	胃がん	肺がん・結核	大腸がん	肝炎ウイルス	エキノкокクス
日程①	4月18日	水	西春別地域センターみらい館	6:30~10:30						
	4月19日~21日	木~土	西春別ふれあいセンター	6:30~10:30	●	●	●	●	●	●
	4月22日	日	床丹地域会館	6:00~9:00						
	5月5日	土	上春別地域センター	6:00~10:30						
	5月6日	日	走古丹地域防災センター	6:00~9:00						
	5月7日	月	上風連地域センター	7:00~10:00	●	●	●	●	●	●
	5月8日、9日	火、水	中春別ふれあいセンター	6:00~11:00						
	5月10日	木	中西別ふれあいセンター	6:00~11:00						
	6月10日~14日	日~木	別海町民保健センター	6:00~11:00	●	●	●	●	●	●
	7月13日	金	尾岱沼きらくる	16:00~17:30		-				
	7月14日、15日	土、日		6:00~11:00	●	●	●	●	●	●
	7月16日	月(祝)	本別海地域センター	6:00~9:00		●				
日程②	7月31日~8月2日	火~木	別海町民保健センター	6:00~11:00	●	●	●	●	●	●
	8月7日、8日	火、水	JA道東あさひ上春別							
	8月9日、10日	木、金	JA計根別							
	8月21日、22日	火、水	JA中春別							
	8月23日、24日	木、金	JA道東あさひ西春別							

※●のついている項目が受けられます。

※日程①と日程②で、使用する問診票や検便容器等が異なります。問診票等がお手元に届いた後で、「日程①から日程②に変更したい」などの希望がある場合はご連絡ください。

上記の健診のほか、子宮頸がん検診・乳がん検診を受けられるレディースデイ健診については、
西春別ふれあいセンター 10月19日(金)
別海町民保健センター 10月20日(土)から22日(月)を予定しています。

レディースデイ健診と子宮がん・乳がん個別検診の 申込期間が変わります

■レディースデイ健診申込期間 8月1日(水)から8月31日(金)

■子宮がん・乳がん個別検診受診期間 5月以降を予定しています

健診(検診)の詳細については、申込期間が近づきましたら、新聞チラシや広報等でお知らせします。

<別海町民すべての方> ※健康保険の種類は問いません

検診・検査項目と受診間隔	対 象	平成29年度参考料金
若者健診	19～39歳 (昭和54年4月1日から平成12年3月31日生まれ)	2,000円
胃がん検診		1,200円 70歳以上600円
肺がん・結核検診 (喀痰検診)		200円 (喀痰 600円) 70歳以上100円 (喀痰 300円)
大腸がん検診	30歳以上 (平成1年3月31日以前生まれ)	500円 70歳以上 250円
肝炎ウイルス検査	40歳以上 (昭和54年3月31日以前生まれで過去に未受診の方)	B型肝炎 180円 C型肝炎 380円
エキノコックス検査		過去5年間でエキノコックス 検査を受けていない方
		無 料

※オプション検査 (有料) として、

- ・前立腺がん検診 平成29年度参考料金 日程① 1,944円、日程② 2,700円
 - ・骨粗しょう症検査 平成29年度参考料金 日程② 1,512円 (日程①での実施はありません)
- が受けられます。希望される方は当日会場でお申し込みください。

<別海町国民健康保険の方>

検査項目	対 象	平成29年度参考料金
特定健康診査	40～74歳 (昭和19年4月1日から昭和54年3月31日生まれ) ※平成30年度内に75歳になる方でも健診当日に74歳であれば受けられます	2,000円

<別海町国民健康保険以外の方>

特定健診は国民健康保険の方を対象としていますが、協会けんぽや共済組合など国民健康保険以外の方でも条件を満たせば、同じ日程、会場で健康診査を受けることができます。お手元に保険証をご用意の上、必ず受けられる健診日の2週間前までに保健センターまでお問い合わせください。

スマートフォン、携帯電話からの申し込みはこちら

<生活保護の方>

健 (検) 診料金の全額助成を行っています。希望される方は、1週間前までに保健センターへ直接または電話でお申し込みの上、生活保護受給者であることをお知らせください。なお、当日会場での申し込みはお受けできませんので、ご注意願います。



QRコードは
株式会社デンソーウェーブの
登録商標です

申込み 別海町民保健センター TEL 75-0359 FAX 75-0337

FAX申込み用紙

※コピーして使用してください。 <送付先> **別海町民保健センター FAX 0153-75-0337**

受けるものに○	氏 名	住 所	生年月日	電 話・FAX	健 診 希 望 日
特定・若者・胃・肺 大腸・肝炎・エキノ		〒 - 別海町	T・S・H 年 月 日	電話 FAX	月 日
特定・若者・胃・肺 大腸・肝炎・エキノ		〒 - 別海町	T・S・H 年 月 日	電話 FAX	月 日

※ FAX で申し込まれた方には2日以内 (土日・祝日を除く) に受付確認の返信をしますので、返信のない場合は、お手数ですが保健センターまでお問い合わせください。

※以下の太枠内、こちらで FAX を返信する際に使用しますので、何も書き込まないでください。

受付日	月 日	上記の内容で申込みを承りました。
-----	-----	------------------

こどもの「定期予防接種」



町では、予防接種法に基づき病気の発生やまん延を防ぐため予防接種を実施しています。望ましい接種年齢（病気にかかりやすい年齢を考慮して定められた期間）に達したら、早めに予防接種を受けましょう。

■定期の予防接種

ワクチン名	接種回数	接種対象者
BCG（結核）	1回	0歳児が対象です。標準的には5カ月から8カ月の間に接種します。
四種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	1期 4回	3カ月から7歳6カ月になる前日までが対象です。
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期 1回	対象者は、平成18年4月2日から平成19年4月1日生まれの方です。接種方法は学校を通じて連絡いたします。
麻しん風しん混合	1期 1回	1歳児が対象です。1歳の誕生日が過ぎたらすぐ受けましょう。
	2期 1回	対象者は、平成24年4月2日から平成25年4月1日生まれのお子さんです。
水痘（水ぼうそう）	2回	1歳から2歳児までが対象です。 (水痘にかかったおさんは対象外です。)
日本脳炎 ※特例措置として、20歳未満までの間に接種できる年代があります。詳しくはホームページをご覧ください。	1期 3回	6カ月から7歳6カ月になる前日までが対象です。標準的には、3歳で2回、4歳で1回接種します。
	2期 1回	9歳から12歳までが対象です。標準的には、9歳で1回接種します。
ヒブ	1回から4回	2カ月から4歳までが対象です。 (接種開始月齢によって接種回数が変わります。)
小児用肺炎球菌	1回から4回	2カ月から4歳までが対象です。 (接種開始月齢によって接種回数が変わります。)
B型肝炎	3回	0歳児が対象です。標準的には2カ月から9カ月の間に接種します。
子宮頸がん	3回	対象者は、平成14年4月2日から平成19年4月1日生まれの小学6年生から高校1年生に相当する女子です。標準的には中学1年生で接種します。 ★現在、積極的勧奨はしていません。

予防接種を受ける前には、町で配布している「予防接種と子どもの健康」を必ず読みましょう。

予防接種が受けられる医療機関

※接種費用は、**無料**(町負担)です。
対象の期間を過ぎると有料になります。

病院名	接種日・受付時間	定期のワクチン										備考
		BCG	四種混合	ポリオ	麻しん風しん	水痘	日本脳炎	ヒブ	肺炎球菌	B型肝炎	子宮頸がん	
町立別海病院 TEL 75-2311	小児科 火曜日 12:30~15:00	-	●	● 予約	-	●	●	-	-	●	-	任意ワクチンの接種については別海病院にお問合せください。
	木曜日 12:30~15:00	● 予約	-	-	●	-	●	●	-	-		
	内科 月~金 16:00~	-	-	-	-	-	● 予約	-	-	-	-	
	平成15年4月1日以前に生まれた方は内科での接種となります。基本は4価ワクチンの接種になります。	-	-	-	-	-	-	-	-	● 予約	-	
西春別駅前診療所 TEL 77-2350	火・水 13:30~14:00	-	●	● 予約	-	-	-	●	●	-	-	
	木曜日 13:30~14:00	-	-	-	●	●	-	-	-	-	-	
尾岱沼診療所 TEL 86-2625	月~木 13:30~15:00	予約	●	-	●	●	-	●	●	●	-	初めてワクチンを接種する場合は別海病院（小児科）で接種してください。

母子手帳、保険証、診察券は必ずご持参ください。

詳しくは、保健センターで配布している「平成30年度こどもの定期の予防接種」をご覧ください。医療機関にご相談ください。ホームページからもご覧いただけます。

4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) 8:30~
(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 ※6日、13日、20日のみ 鈴木	<ul style="list-style-type: none"> 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、詳しくはお問い合わせください。 健康診断は平成29年から予約制となっております。 ご迷惑をおかけしますが、電話か、受付窓口にてお申し込みください。 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	—	—	西村	—	—	
外科 外科医長 中島 太 外科医長 山田 能之	午前	山田 (外科外来)	山田 (外科外来)	中島 (外科外来)	中島 (外科外来)	中島 (外科外来)	<ul style="list-style-type: none"> 整形外来の診察日については下記記事をご確認くださいませようお願いします。 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、予めご了承ください。 肛門外来(月曜午前、火曜午前、金曜午後)を実施しています。
	午後	中島 (外科外来)	手術日 休診	山田 (外科外来)	手術日 休診	山田 (外科外来)	
産婦人科 副院長 山内 修	午前	山内	山内	山内	山内	山内	<ul style="list-style-type: none"> 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ください。
	午後	山内	—	—	山内 ※26日のみ	—	
小児科	午前	山本(敬) ※16日のみ	舘 ※3日のみ 山本(敬) ※10日のみ	舘 ※4日のみ 山本(大) ※11日のみ 山本(敬) ※25日のみ	休診	舘 ※13日、27日のみ	<ul style="list-style-type: none"> 火・木曜日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、詳しくはお問い合わせください。
	午後	休診	予防接種	山本(大) ※11日のみ 山本(敬) ※25日のみ	予防接種	舘 ※13日、27日のみ	
精神科・心療内科 医師 浮田 充	午前	—	浮田	—	浮田	—	<ul style="list-style-type: none"> 原則予約制ですので、受診については事前にお問い合わせくださいませようお願いします。 また、電話での予約変更および問い合わせ(初診も含む)は、火曜日(午前・午後)、水曜日(午後)、木曜日(午前・午後)の診療日にお掛け下さるようお願いいたします。 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いたします。
	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	6日(金)	午前/午後	箕輪 智幸 医師 (札幌医大)
	20日(金)	午前/午後	米田 大介 医師 (札幌医大)
耳鼻いんこう科	9日(月)	午前/午後	高野 賢一 医師 (札幌医大)
	10日(火)	午前	
	23日(月)	午前/午後	大國 毅 医師 (札幌医大)
24日(火)	午前		
神経内科	12日(木)	午後	舘 延忠 医師 (北海道千歳ハビリテーション大学)
循環器内科	27日(金)	午前/午後	小笠原 惇 医師 (釧路孝仁会記念病院)

※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。

西春別駅前診療所からのお知らせ

平成30年4月5日(木)午後から休診といたします。

診療科	日付	時間	担当医師
膝・整形外科	26日(木)	午前/午後	新庄 琢磨 医師
肩・整形外科	5日(木)	午前	北山聡一郎 医師
	6日(金)	午前/午後	
	19日(木)	午前	
20日(金)	午前/午後		
腰・整形外科	23日(月)	午前/午後	徳永 茂行 医師

別海病院からのお知らせ

小児科常勤医師不在のため、平成29年12月より出張医により随時対応となっていました小児科診療は、横澤正人小児科医の着任により、平成30年5月1日より再開します。

また、昨年12月より休止となっていた当院での分娩についても、5月からの小児科医着任に伴いリスクの少ない経産婦の方を対象に6月以降出産予定日の方から受け入れる予定です。