

別海町子育て支援センター「はみんぐ」

7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、地域の子育て関連情報の提供の場として、いつでも気軽に利用できる施設です。

子育ての不安や悩みの相談（木曜日・予約制）も受け付けています。スタッフが親身になってお話をお聞きしますので、お気軽にご連絡ください。

お知らせ

はみんぐセミナー（21日火）午前11時から11時30分は、べこっこの皆さんによる読み聞かせ、人形劇です。

次の期間は、終日自由遊びとなります。あらかじめご了承ください。

7月17日（金）、24日（金）、28日（火）、29日（水）、31日（金）
8月4日（火）、5日（水）、7日（金）、11日（火）、12日（水）、14日（金）、18日（火）、19日（水）

「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
10:00~11:30	午前・午後自由によべます	はみんぐひろば	赤ちゃんひろば	個別相談（予約制）	ひよこはみんぐ	
13:00~16:00		自由によべます	自由によべます	自由によべます	自由によべます	自由によべます

今月のこにちは「はみんぐ」

西春別	9日（木）	10:00~11:30	西児童館	受け入れ人数に限りがあるため予約制とさせていただきます。
尾岱沼	23日（木）	10:00~11:30	東公民館	

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 メール:hamingu@arens.or.jp

子育て支援センター及び児童館へのご意見・ご要望などがありましたら、児童館または福祉課こども・子育て担当（内線1313・1314）までお願いいたします。

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。



久門 環太くん
(弘宣)



國友 士道くん
(浩次)



高木 遥香ちゃん
(寿公)



橋本 健生くん
(明典)



北出 雅ちゃん
(道雄)



細川 聖夏くん
(優作)



北田 紗羅ちゃん
(義則)



長内 聡汰くん
(俊之)



澤内 唯圭ちゃん
(宏彰)



阪口 惺哉くん
(尚之)

オークション詐欺被害防止 ~そのサイト・出品者、本当に大丈夫?~

出品者が、あたかも実在する会社を装って、嘘の住所や連絡先などをインターネット上に掲載し、オンラインショップやオークションを通してお金を騙し取る詐欺が急増しています。

インターネットを利用して買い物をする場合は、以下のことに十分気を付けましょう。

●商品情報をチェックしよう!

ネットオークションは、店舗販売のように商品を実際に見ることができません。不明な点は出品者に質問して、不審な点があった場合には、取引中止を検討しましょう。

●出品者をチェックしよう!

どうしても欲しい商品であっても、出品者の情報をよく確認しましょう。商品に対するコメントや他の購入希望者への返答など、取引相手として相応しいかを検討しましょう。

困ったときや不安に思ったときは、別海町消費生活相談窓口(町民課 町民生活担当 内線1211)まで

保健センター からの お知らせ

7・8月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間	
7月	8	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00(受付)	
	9	木	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00~11:00(受付)	
	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)	
	★午前には1歳6か月児健診、午後には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・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	5 歳 児 相 談	町民保健センター	9:15~9:30(受付)	
	22	水	1歳3か月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30	
	31	金	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30~11:30/13:00~15:30	
8月	6	木	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00~11:00(受付)	
	7	金	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00(受付)	
	18	火	離 乳 食 教 室	町民保健センター	10:30~12:00	
	19	水	4 か 月 健 診	町民保健センター	12:50~13:00(受付)	
	20	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)	
	21	金	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00~11:00/13:00~15:00(受付)	
	26	水	1歳3か月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30	
	27	木	フ ッ 素 塗 布	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30/13:00~14:30	
	28	金	5 歳 児 相 談	町民保健センター	9:15~9:30(受付)	
フ ッ 素 塗 布			町民保健センター	9:30~11:30/13:00~15:30		

- ◆7月の4か月健診対象者 対象者には個別に通知します ◆7月の1歳6か月児健診対象者 平成25年12月生まれのお子さん
- ◆7月の3歳児健診対象者 平成24年6月生まれのお子さん ◆7月の5歳児相談対象者 平成22年6月生まれのお子さん
- ◆7月のマタニティクラス対象者 平成27年10月~11月出産予定の方

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。

7月予定 (予約が必要です。)

2日(木) 13:00~17:00
9日(木) 13:00~17:00
23日(木) 13:00~17:00

相談は
無料
です

8月予定 6日(木)・27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(出)]
- ・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 TEL75-0359 担当：母子保健担当

*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。

町の保健室

麻しん風しんワクチン 予防接種を受けましょう!

麻しん風しんワクチン予防接種は、小学校入学前に2回受けます。

1回目 1歳児（1歳から1歳11か月児）

* 1歳から2歳の間に麻しんにかかる可能性が高いため、
1歳になった時点で早めに受けましょう。

2回目 平成21年4月2日から平成22年4月1日生まれのお子さん

* 6歳の誕生日に関係なく接種できます。
* 平成28年3月31日までが接種期間ですが、感染を予防するため、**9月頃までに受けましょう。**

【接種料金】 無料（町が全額負担します。）

【接種医療機関等】

病院名	接種日	受付時間	備考
町立別海病院	木曜日	12:30～15:00	
西春別駅前診療所	木曜日	13:30～14:00	
尾岱沼診療所	月～木曜日	13:30～15:00	*要予約



◎予防接種については、
役場ホームページでも
お知らせしています。



【持ち物】 予診票・母子手帳・保険証

【問合せ】 別海町民保健センター

TEL: 75-0359 FAX: 75-0337 Email: hoken@betsukai.jp

母子健康センターからのお知らせ



★マタニティクラス

妊娠中の生活、食事、赤ちゃんのお風呂などについて、助産師、保健師、歯科衛生士、管理栄養士が担当します。

対象 平成27年12月
平成28年1月
出産予定の方

**申込締切は
7月末**

8、9月コース

全4回

★8月11日
★8月25日
★9月8日
★9月29日

★インファントマッサージ教室

オイルを使用したマッサージです。
お母さんと赤ちゃんの絆を深めます。

時間 午前10時30分から
11時30分頃まで

対象 1歳未満のお子さん

料金 1回
町内に住所のある方
……1,000円
その他…2,000円

8月コース

全4回

★8月6日
★8月13日
★8月20日
★8月27日

**申込締切
は7月15日**

★出産教室

お産や母乳育児について一緒に学びましょう
(事前にご予約ください)

・開催日: 7月15日(水)
・対象: 妊娠8ヶ月から9ヶ月の方

★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に言われた方は、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。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けております。妊娠中から赤ちゃんの事など困った時は、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



7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。



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 内科医長 宮西 秀二	午前	今村 西村	西村 鈴木	今村 西村	西村 鈴木	今村 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)を実施しておりますので、詳しくはお問合せください。 受付時間は午後5時15分から6時30分です。診療開始は午後5時30分からです。
	午後	鈴木	内科医	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 医師 林 雄三	午前	林 (整形外来) 山田 (外科外来)	山田 (外科外来)	中島 (外科外来)	林 (整形外来) 中島 (外科外来)	中島 (外科外来)	<ul style="list-style-type: none"> 木曜日午後は手術日のため、外来診療を休診としています。また、その他の診療日についても、手術が入ると休診または診療体制変更の可能性がありますので、あらかじめご了承ください。 肛門外来(月曜午後、火曜午前、金曜午後)を実施しております。
	午後	中島 山田 (外科外来)	北山 (整形外来)	甲斐 (整形外来)	手術日	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	-	
小児科 小児科医長 木田 和宏	午前	木田	木田	木田	木田	木田	<ul style="list-style-type: none"> ※予約が必要な予防接種 BCG、ロタウイルスワクチン、水痘ワクチン、おたふくワクチン、4種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)
	午後	木田	(予約制) 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	-	<ul style="list-style-type: none"> 原則予約制です。受診については事前にお問合せください。
	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	高橋 仁美 医師 (札幌医大)
	24日(金)	午前 午後	大橋 隆宏 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	松宮 弘 医師 (札幌医大)
28日(火)	午前		
神経内科	9日(木)	午後	館 延忠 医師 (札幌医大)
脳神経外科	17日(金)	午後	高橋 義男 医師 (とまこまい脳神経外科)

※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。

精神科・心療内科からのお知らせ

7月28日(火)午前・午後の診療を休診とさせていただきます。

西春別駅前診療所からのお知らせ

- 7月23日(木)午後の診療を休診とさせていただきます。
- 肺炎球菌ワクチンの接種については予約制となりますので、接種希望の方は事前に連絡を(電話77-2350)お願いいたします。

尾岱沼診療所からのお知らせ

- 7月10日(金)午後の診療を休診とさせていただきます。