

別海町子育て「はみんぐ」

5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(木曜日午前・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聞きますので、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
10:00~11:30		午前・午後	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		自由遊び	自由遊び	自由遊び	自由遊び	自由遊び

お知らせ

はみんぐセミナー
(22日(金)午前11時から11時30分)は牛乳パックで小物入れを作ります。準備の都合上、参加希望の方は「はみんぐ」まで事前のご連絡をお願いします。
4日(月)から6日(水)はお休みです。

今月のこにちは『はみんぐ』

尾岱沼	28日(木) 10:00~11:30 東公民館	受け入れ人数に限りがあるため 予約制としております。
西春別	21日(木) 10:00~11:30 西児童館	

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。



木村 富稀くん
(篤史)



木村 真唯ちゃん
(篤史)



木村 乙稀くん
(篤史)



吉田 亜未ちゃん
(雄大)



上田 志雄くん
(志樹)



木下 純恵ちゃん
(慎五)



坂下 奏喜くん
(翔太)



瀬谷 颯花ちゃん
(康浩)



篠田 豊くん
(翔司)



玄 笑好ちゃん
(和也)



松永 蓮央くん
(孝幸)



芳賀 颯希ちゃん
(守)



後藤 今日ちゃん
(啓)



福井 菜南ちゃん
(啓二)

保健センター からの

お知らせ

5・6月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
5月	12	火	離乳食教室	町民保健センター	10:30-12:00
	13	水	4か月健診	町民保健センター	12:50-13:00(受付)
	14	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1歳6か月健診、午後に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・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。		
	19	火	1歳3か月歯磨き教室	町民保健センター	10:00-11:30
	20	水	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00-11:00(受付)
	21	木	乳幼児相談	町民保健センター	13:00-15:00(受付)
	27	水	5歳児相談	町民保健センター	9:15-9:30(受付)
	28	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
6月	29	金	フッ素塗布	町民保健センター	9:30-11:30/13:00-15:30
	4	木	乳幼児相談	尾岱沼地域センター	10:00-11:00(受付)
	5	金	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00-11:00(受付)
	10	水	離乳食教室	町民保健センター	10:30-12:00
	11	木	4か月健診	町民保健センター	12:50-13:00(受付)
			1歳6か月児健診	町民保健センター	9:15-10:00(受付)
			3歳児健診	町民保健センター	
	12	金	乳幼児相談	町民保健センター	9:00-10:30/13:00-14:00(受付)
	24	水	1歳3か月歯磨き教室	町民保健センター	10:00-11:30
	25	木	5歳児相談	町民保健センター	9:15-9:30(受付)
			フッ素塗布	尾岱沼地域センター	10:00-11:00
	26	金	フッ素塗布	町民保健センター	9:30-11:30/13:00-15:30
			5歳児相談	町民保健センター	9:15-9:30(受付)

- ◆5月の4か月健診対象者 対象者には個別に通知します
- ◆5月の3歳児健診対象者 平成24年4月生まれのお子さん
- ◆5月の5歳児相談対象者 平成22年4月生まれのお子さん
- ◆5月の1歳6か月児健診対象者 平成25年10月生まれのお子さん
- ◆5月のマタニティクラス対象者 平成27年8月～9月出産予定の方

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10月
平成27年11月
出産予定の方

**申込締切は
5月末**

6、7月コース

全4回

★6月9日
★6月23日
★7月14日
★7月28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 寝返り前の赤ちゃん

料金 町内に住所のある方
1回 ……1,000円
その他…2,000円

6月コース

全4回

★6月4日
★6月11日
★6月18日
★6月25日

**申込締切
は5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：5月20日(水)
- ・対象：妊娠8ヶ月から9ヶ月の方

★母子手帳の交付

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



町の保健室

平成27年度 子宮頸がん・乳がん個別検診のお知らせ

実施期間：平成27年4月1日から平成28年3月31日まで

	子宮頸がん検診			乳がん検診	
検診内容	内診、子宮頸部細胞診 (子宮の入り口の表面から細胞をとります。)			視・触診、乳房エックス線撮影 (乳房をはさんで平らにし、レントゲン撮影をします。)	
対 象	20歳以上 (H8.3.31以前生) で H26.4.1以降未受診の方			40歳以上 (S51.3.31以前生) で H26.4.1以降未受診の方	
自己負担	20～69歳：1,000円 70歳以上：500円 無料クーポン券対象者：無料			40～49歳：1,800円 50～69歳：1,500円 70歳以上：750円 無料クーポン券対象者：無料	
検診場所	町立別海病院 (産婦人科外来)	古野医院 (中標津町)	釧路孝仁会記念病院 (釧路市愛国)	町立別海病院 (外科外来)	釧路孝仁会記念病院 (釧路市愛国)
検 診 日 ・ 受付時間	月～金 8:15～11:00 月・木 12:30～15:00	月・火・木～日 (水・祝日は休診) 10:00～13:00 15:00～17:00	月曜日 9:00～13:00	金曜日 8:15～9:30 月・金曜日 12:30～13:45	月～金 9:00

※希望される方は保健センターへ電話または来所にてお申込みください。

平成27年度 レディースデイ健診のお知らせ

人数限定・完全予約制

月 日	曜日	場 所	受付時間※1	受けられる検診等※2	定 員
10月22日	木	西春別 ふれあいセンター	8:00～12:00 14:00～15:30	乳がん検診 子宮頸がん検診	1日 90名 1日100名
10月23日 24日 25日	金 土 日	別海町民 保健センター	6:00～11:00 13:00～16:00	胃がん検診 特定健康診査・若者健診・肺がん検診 大腸がん検診・肝炎検診 エキノコックス検査	1日 70名 定員なし

※1 原則、時間の指定はできません。

※2 受けられる検診等の内容・対象については「べつかい広報 4月号22ページ」をご覧ください。

※3 希望される方は保健センターへ来所・電話・FAX・Emailのいずれかでお申込みください。

【申込み・問合せ】別海町民保健センター TEL:75-0359 FAX:75-0337 Email:hoken@betsukai.jp

*FAX、Emailには申込み後2日以内(土日・祝日を除く)に必ず返信しますので、返信のない方はお問合せください。

申込みメ切:9月10日(木)17:00迄
(ただし、定員になり次第締め切ります)

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。

5月予定(予約が必要です。)

7日(木) 13:00～17:00
21日(木) 13:00～17:00
28日(木) 13:00～17:00

相談は
無料
です

6月予定 4日(木)・10日(水)・24日(水)
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 0120-738-5556 (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 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。

5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 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	- 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	鈴 木	宮 西	今 村	宮 西 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)	- 木曜日午後を手術日とし、外来診療を休診といたしますので、お知らせいたします。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	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	※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	—	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。よろしくお願いいたします。
	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	8日(金)	午前 午後	高橋 仁美 医師 (札幌医大)
	22日(金)	午前 午後	熊谷 綾子 医師 (札幌医大)
耳 鼻 いんこう科	11日(月)	午前 午後	大國 毅 医師 (札幌医大)
	12日(火)	午前	
	25日(月)	午前 午後	高野 賢一 医師 (札幌医大)
	26日(火)	午前	
神 経 内 科	14日(木)	午後	舘 延忠 医師 (札幌医大)
脳神経外科	15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。

看護部からのお知らせ

6月15日(月)から6月25日(木)及び10月26日(月)から11月5日(木)の期間、学校法人青葉学園 北海道看護専門学校3学年4名の臨地実習を本院で受け入れいたします。



西春別駅前診療所からのお知らせ

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。