

令和元年度 「5歳児いい歯の子」表彰

就学時歯科健診でむし歯のなかったお子さんを「5歳児いい歯の子」として表彰しています。

本年度は、健診を受けた140名のうち75名（53.6%）のお子さんが「5歳児いい歯の子」表彰対象者となりました。

むし歯が1本もなかったお子さんをご紹介します。



飯山 せな	石川 楓	磯田 伸	市川 賢人	伊藤 鳳英	伊原 響希	岩浅 早紀
上田 志雄	浦山 星羅	大高 綾子	長内 聡汰	金本 紗希	河嶋 琉誠	川村 絆夏
上林 玉乃	北田 紗羅	北出 雅	木下 純恵	木村 一花	木村 富稀	木村 真唯
桐島 蒼叶	久保田 粹	久保田理帆	玄 宙來	玄 笑好	木幡菜々心	小林 蒼介
薦田 冬華	昆野さつき	斉木 渚紗	齋藤 凌牙	坂脇 康牙	佐久間真桜	佐藤 有
島崎 花菜	白土勇乃介	信免 勇吉	鈴木 桜空	瀬谷 颯花	高井 優衣	高橋 杏子
高橋 芯大	高橋 悠太	高橋 梨紗	竹林 未織	竹本 美晴	千葉吟之介	千代谷 遼
土谷 唯織	時野 凪	富崎 汐梨	中垣 陽翔	中澤 実詩	中島 楓	野村 颯真
橋本 健生	長谷川康介	蛭田 麻結	福岡 瑚子	藤倉 颯天	藤原 紗英	前田 昴星
松本 佳奈	萬年凜汰朗	道又 莉玖	三田市旺祐	安永 大晟	山口 夕菜	山崎 航
山本 心菜	横田 美織	吉田 亜未	吉田 奏翔	蠟山 健人		

(敬称略)

母子健康センター からのお知らせ



マタニティクラス

かわいい赤ちゃんを迎えるための、妊娠、出産について学ぶ教室です。分からないこと、心配なこと、何でもご相談ください。たくさんの参加をお待ちしています。

対象 本町在住の妊婦さん

申込締切 各開催日の前日までに、ご連絡ください。

コース途中での参加もできます。

開催日は、日程の近いものから掲載しています。

時間 午後1時から午後2時30分

開催日	内容	担当者
2月5日(水)	・お腹の中で育つ赤ちゃんの様子 ・妊婦さんの生活・食事について	管理栄養士 助産師
2月26日(水)	・妊婦さんに必要な野菜の量って？ ・妊娠中のお口のケア	管理栄養士 歯科衛生士 助産師

インファントマッサージ教室

お母さんと赤ちゃんの絆を深めるための、オイルを使用したマッサージです。

申込締切
2月14日(金)

時間 午前10時から午前11時30分

3月コース

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

全4回

料金 町内に住所のある方 1,000円
1回 その他の方 2,000円

3月5日(休)
3月12日(休)
3月19日(休)
3月26日(休)

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定した方は、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です。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、お問い合わせください。

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

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	4	火	離乳食教室	町民保健センター	10:30~12:00
	12	水	4カ月健診	町民保健センター	12:20~12:30(受付)
	13	木	1歳6カ月児健診	町民保健センター	9:00~10:00(受付)
	18	火	乳幼児相談	尾岱沼地域センター	10:00~11:00
	19	水	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00
	20	木	乳幼児相談	町民保健センター	9:00~10:30 13:00~14:00
	25	火	1歳3カ月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30
	27	木	5歳児相談	町民保健センター	9:15~ 9:30 13:15~13:30
			フッ素塗布	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30
28	金	フッ素塗布	町民保健センター	9:30~11:30 13:00~15:30	
3月	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	9:00~10:00 13:00~14:00
	10	火	離乳食教室	町民保健センター	10:30~12:00
	11	水	4カ月健診	町民保健センター	12:20~12:30(受付)
	12	木	3歳児健診	町民保健センター	9:00~10:00(受付)
	24	火	1歳3カ月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30
	26	木	フッ素塗布	尾岱沼地域センター	10:00~11:00
	27	金	フッ素塗布	町民保健センター	9:30~11:30 13:00~15:30

※平成31年4月から、1歳6カ月児健診は偶数月、3歳児健診は奇数月に実施しています。

- 2月の4カ月健診対象者 対象者には個別に通知します
- 2月の1歳6カ月児健診対象者 平成30年6月・7月生まれのお子さん
- 2月の5歳児相談対象者 平成26年12月生まれのお子さん(午前) 平成27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。

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。
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。