

# 1月中旬～2月中旬の予防接種・健診等日程



## 1. 1月1日号でお知らせした事業

| 事業名            | 期日       | 受付時間        | 会場              |
|----------------|----------|-------------|-----------------|
| 1歳6カ月児・3歳児健康診査 | 1月24日(木) | 12:30～16:30 | 福祉保健総合センター「きらり」 |
| フッ素塗布          | 1月25日(金) | 13:30～14:30 |                 |

## 2. 予防接種について

### (1) 乳幼児の「定期の予防接種」について

定期の予防接種とは、予防接種法に基づき市町村が実施するもので、接種は努力義務となります。

#### ①三種混合、四種混合、麻しん風しん混合、麻しん、風しん、BCG（個別接種）

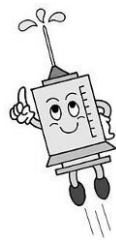
会場 興部町国民健康保険病院

期日 イ. 毎週水曜日 ～ 三種混合、四種混合

ロ. 毎週木曜日 ～ 麻しん風しん混合・麻しん・風しん

ハ. 毎週金曜日 ～ BCG（但し祝祭日を除く）

受付時間 15:30～16:30（受付後、診察・接種までお待ち頂く場合もありますので予めご了承願います）



### (2) その他の「任意の予防接種」について

任意の予防接種とは、定期の予防接種以外の予防接種で、必要に応じ個人の責任において実施するものです。

#### ①ヒブワクチン予防接種（対象：2ヶ月以上5歳未満の乳幼児）

#### ②小児用肺炎球菌（7価）ワクチン予防接種（対象：2ヶ月以上5歳未満の乳幼児）

※今年度より対象年齢の変更があります。（6歳未満から5歳未満へ変更）

#### ③肺炎球菌（23価）ワクチン予防接種（対象：65歳以上の町民）

※上記「(2) その他の任意の予防接種」は、予め国民健康保険病院への予約が必要です。



### (3) 予防接種についてのお問い合わせ

○興部町福祉保健総合センター「きらり」内 福祉保健課健康推進係【Tel82-4170】又は

○興部町国民健康保険病院 【Tel82-2310】

## 3. その他、健診等についてのお問い合わせは

○興部町福祉保健総合センター「きらり」内 福祉保健課 健康推進係【Tel82-4170】

## 4. 広域紋別病院精神科巡回診療のお知らせ

興部町での診療日程は次のとおりですが、原則、予約が必要ですので、診察を希望される方は事前に電話等により直接、広域紋別病院へ申し込みください。

(1) 対象者 ～ こころの健康に関してお困りで医療機関への通院が困難な方

(2) 診療日程 ～ 毎月第1水曜日

| 実施場所                    | 2月           | 3月           |
|-------------------------|--------------|--------------|
| 興部町福祉保健総合センター「きらり」内 診察室 | 6日(水) 14:00～ | 6日(水) 14:00～ |

## (3) 費用・支払方法

保険診療となりますので、当日、必ず保険証を持参してください。

また、次のものをお持ちの方は併せて持参してください。

- ・広域紋別病院の診察券
- ・自立支援医療(精神通院医療)の受給者証及び管理票
- ・公費負担受給者証

診療費は後日ご自宅に送付する納入通知書により、最寄りの金融機関又は広域紋別病院会計窓口でお支払いください。

(4) 予約受付時間 ～ 月曜日から金曜日まで 14:00～17:00（診療日の前週の金曜日まで）

(5) 予約申込先 ～ 広域紋別病院

〒094-8709 紋別市緑町5丁目6番8号

Tel(0158)24-3111(予約窓口)

## 5. 《運動実践講習会のご案内》

今から！がポイント メタボ予防！改善！！

～運動指導士が専門的に実践指導します～

メタボリックシンドロームに該当している方、予備軍の方、お腹まわりや体重が気になっている方、メタボではないけれど今後の健康づくりについてお考えの方・・・

どなたでも参加可能です。日頃の運動不足やこの冬の運動不足を解消し、一緒に楽しく健康的な汗を流しませんか？！

○日程表 ～ 希望の回だけの参加でも大歓迎です

|    | 日時                      | 内容   | 場所              |
|----|-------------------------|--|-----------------|
| 3回 | 1月29日(火)<br>9:30～11:30  | ・第1回ノルディックウォーキング体験会<br>ポールの使用方法などのミニ講話と合わせた実践を予定       | トレーニングセンター      |
| 4回 | 2月14日(木)<br>9:30～11:30  | ・第2回ノルディックウォーキング体験会<br>基礎方法の再確認と応用編を予定                 | トレーニングセンター      |
| 5回 | 2月26日(火)<br>13:30～15:00 | ・栄養ミニ講話<br>「食事のワンポイントアドバイス②」<br>・運動実践、筋力トレーニング、有酸素運動など | 福祉保健総合センター「きらり」 |
| 6回 | 3月22日(金)<br>13:30～15:00 | ・栄養ミニ講話<br>「食事のワンポイントアドバイス③」<br>・運動実践、筋力トレーニング、有酸素運動など | 福祉保健総合センター「きらり」 |

☆ 運動は、個人の体力等に応じて無理のない範囲で実践可能ですので、ご安心してご参加ください。

☆ 運動講師には、NPO法人 健康保養ネットワークよりフィットネスアドバイザーをお招きする予定です。

【申し込み・問い合わせ】

福祉保健課 健康推進係（保健師・管理栄養士）Tel82-4170