

元気が一番！ 保健サービスガイド

KURIYAMA TOWN HEALTH SERVICE GUIDE



健康寿命延伸のまちづくり宣言

わたしたち栗山町民は、一人一人が生きがいを持ち、安心・安全で豊かな暮らしを健幸に営むことができる笑顔あふれるまちを望みます。

自らの健康は自らつくるを基本に、町民同士がしっかりと支え合いながら、健康を守るためのまちづくりを通して、健康寿命の延伸を目指し、ここに健康寿命延伸のまちづくりを宣言します。

- 一、自分の健康に関心を持ち、自らの健康管理に努めます。
- 一、家族みんなで、健康的な生活習慣に努めます。
- 一、町民みんなの力で、心と体の健康を支え守るためのまちづくりに努めます。

もくじ

■くりやまの国保を知ろう……………	1・2
■特定健診のご案内……………	3
■生活習慣病予防健診・いきいき健診…	4
■がん検診のご案内……………	5
■総合健診・その他の検診のご案内……	6
■栗山町の健診一覧……………	7・8
■集団健診のご案内……………	9・10
■お母さんと子どもの健康……………	11・12
■予防接種……………	13・14
■健康相談・救急医療相談のご案内……	15

保健サービスガイドに関する お問い合わせ

栗山町住民保健課健康推進グループ

☎ 73-2256

〒 069-1512

栗山町松風3丁目252番地

栗山町役場1階

月～金 8:30～17:15（祝日除く）



くりやまの国保を知ろう！

● 栗山町の国民健康保険の状況

区 分	令和3年度	令和4年度
1. 国保世帯数（年間平均）	1,649 世帯	1,603 世帯
2. 全被保険者数（年間平均）	2,770 人	2,632 人
3. 一般被保険者数（年間平均）	2,770 人	2,632 人
4. 介護2号被保険者数（年間平均）※再掲	829 人	799 人

● 1人当たりの医療費

区 分		令和3年度	令和4年度
1. 1人当たり総医療費		445,278 円	439,430 円
2. 受診率	入 院	26.47%	26.49%
	入院外	990.62%	1028.58%
3. 1件当たり日数	入 院	14.60 日	15.09 日
	入院外	1.54 日	1.48 日
4. 1件当たり費用額	入 院	620,078 円	603,914 円
	入院外	17,264 円	17,037 円

● 医療費と国保税

病院などにかかったとき、皆さん（被保険者）がお支払いになった自己負担分を除いた額を栗山町国保が負担しています。

医療費が増えると、その分国保が負担しなければならない額も増えるため、皆さんの国民健康保険税を引き上げるという形になり、結果的に皆さんの生活に直接関わってくる問題となります。

国民健康保険は、町民で助けあう、安心の医療制度です！

・くも膜下出血で、手術が必要になったAさんの例(所得区分:一般ウ)

病院の費用（手術・入院費）	自己負担額	栗山町国保から給付
300 万円	約 11 万円※	約 289 万円

※高額療養費制度により、1月当たりの自己負担額は上限があり、それ以上の負担はありません。

年間1人当たりの国保税

一般・退職者を含め、年間1人当たりで換算すると…

令和4年度 **109,891 円**

● 令和4年度特定健診受診率は、48.6%でした！

第3期保健事業実施計画（データヘルス計画）・第4期特定健康診査等実施計画での特定健診受診率の目標は、令和6年度までに50%となっています。

● 栗山町の医療費の状況

R4年度	予防可能な疾患の医療費 (中長期・短期的目標疾患)		予防が難しい疾患		
			がん	精神疾患	筋・骨格
栗山町	175,062,960円	16.8%	18.6%	8.0%	12.1%
北海道	65,352,349,160円	16.5%	19.2%	7.7%	9.4%
国	1,663,915,741,140円	18.8%	16.8%	7.9%	8.7%

R4年度	中長期目標疾患				短期目標疾患		
	虚血性心疾患	脳血管疾患	慢性腎不全		糖尿病	高血圧	脂質異常症
	狭心症 心筋梗塞	脳梗塞 脳出血	透析有	透析無			
栗山町	1.7%	2.8%	1.2%	0.2%	5.6%	3.3%	2.0%
北海道	1.7%	2.2%	2.3%	0.3%	5.3%	3.0%	1.7%
国	1.5%	2.1%	4.4%	0.3%	5.5%	3.1%	2.1%

栗山町は虚血性心疾患、脳血管疾患、慢性腎臓病の原因となる高血圧、糖尿病の医療費の割合が北海道と国に比べて高くなっています。また、脂質異常症の医療費の割合は北海道より高く、国より低くなりました。糖尿病、高血圧、脂質異常症は予防ができる病気です。病院に通っている方も、そうでない方も、1年に一度の特定健診を受診し、病気の発症・重症化を予防しましょう！

**生活習慣病発症予防及び重症化予防を図り、
医療費や介護給付費の抑制につなげることが大切です！**

ジェネリック医薬品を活用しよう

● ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬（先発医薬品）と同じ有効成分・品質・効き目・安全性が同等であると国から認められたお薬で、低価格なため、患者さんの薬剤費の負担が軽くなり、日本全体の医療費の軽減につなげることができます。

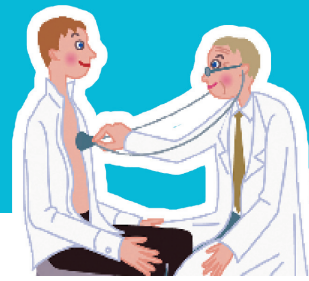
また、飲みやすさや扱いやすさなど、さまざまな工夫を加えた医薬品もあります。

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分を使用して製造されていますが、100%同じ医薬品ではありません。ただし、厚生労働省では、許可するにあたり、製剤化された医薬品に対する試験は行っています。ジェネリック医薬品の利用については、薬剤の特徴や薬価など、医師・薬剤師にご相談ください。

また、「ジェネリック医薬品お願いカード」や「ジェネリック医薬品希望シール」もあり、提示していただくと「ジェネリックに変更したい」という意思表示ができますので、活用してみてください。

【問合せ】栗山町住民保健課 国保グループ ☎ 73-7508

40～74歳の方対象 特定健診

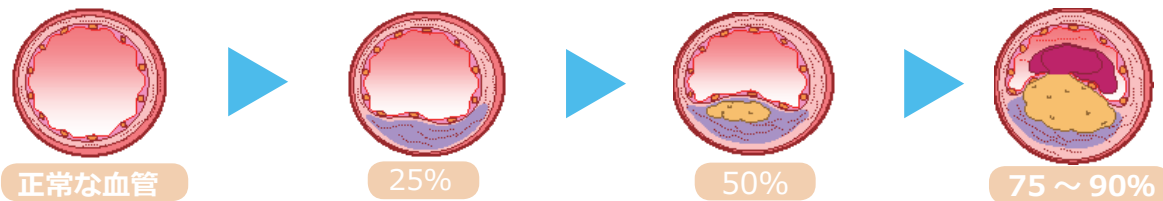


● 特定健診は血管の詰まりを予防し、 脳や心臓、腎臓を守るための健診です。

特定健診は40歳から74歳までの方を対象とした、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診です。特定健診を受けて、いまの自分の健康状態を知り、自覚症状のない生活習慣病を予防しましょう！病気を未然に防ぐことができれば、医療費もかからず、いつまでも健康で明るい生活を送ることができます。

血管が詰まっていく過程

高血圧・脂質異常症・高血糖・肥満・喫煙などが数十年続くと血管が詰まり心筋梗塞・脳梗塞になります。血管は75～90%詰まるまで症状は出ません。病院に通っている方も、そうでない方も、1年に一度の特定健診を受診し、病気の発症・重症化を予防しましょう！



【対象】 栗山町国保にご加入の方で、
昭和25年（1950年）4月1日～昭和60年（1985年）3月31日生まれの方
※昭和25年3月31日生まれ以前の方で、健診当日に74歳の方も受診できます。

年度内40歳
の方が対象！

年度内40歳（昭和59年4月1日～昭和60年3月31日生）の方は
特定健診を無料で受診できます！

【検査項目】 問診、身体測定、血圧測定、血液・尿検査（貧血・脂質・糖代謝・肝臓機能・腎臓機能）
※北海道対がん協会、結核予防会、札幌厚生病院で受診される方は心電図・眼底検査が含まれます。
【健診機関】 健診機関・申し込み先はP 7-8（栗山町の健診一覧）をご覧ください。

● 特定健診の受け方

① 予約をする

栗山町国保にご加入の方は、**4月中に特定健診のご案内と受診券をお送りします。**

栗山町国保加入者

② 受診する

予約日には、「医療保険証」と「特定健診受診券」、健診機関から送られてきた問診票（受診票）、尿検体などを忘れずにお持ちください。

③ 健診結果を受け取り、生活習慣を振り返りましょう！

健診受診後に、町保健師・管理栄養士からご連絡をいたします！今回の結果から、現在の体の状態を読み取り、過去の結果と比較して今後を予測し、**これからの生活習慣を一緒に考えましょう！**

※社会保険（全国健康保険協会管掌健保・健保組合・共済組合など）にご加入の方で、特定健診の受診を希望される場合は、医療保険者もしくは勤め先へお問い合わせください。

20～39歳の方対象 生活習慣病予防健診

NEW

● 健康管理は若いうちから！生活習慣病の初期は自覚症状ナシ！

20歳から39歳までの方を対象とした、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を予防するための健診です。生活習慣病は私たちの健康や生活に大きく関係しています。年に1回自身自身の健康状態を確認し、血管の詰まりを予防し、脳や心臓、腎臓を守りましょう。対象の国民健康保険加入者の方にはご案内をお送りします。詳しくは、お送りする案内文をご参照ください。

【対象】 昭和60年（1985年）4月1日～平成17年（2005年）3月31日生まれの方で
栗山町国民健康保険加入者または健診受診機会のない方

【検査項目】 問診、身体測定、血圧測定、血液・尿検査（貧血・脂質・糖代謝・肝臓機能・腎臓機能）

【健診機関】 健診機関・申し込み先はP 7-8（栗山町の健診一覧）をご覧ください。

後期高齢者医療制度加入の方対象 いきいき健診

● いくつになっても、生活習慣病予防は大切！

新たな病気の発症がないかどうか「いきいき健診」で確認しましょう。

【対象】 後期高齢者医療制度に加入されている方

【検査項目】 問診、身体測定、血圧測定、血液・尿検査（貧血・脂質・糖代謝・肝臓機能・腎臓機能）

※北海道対がん協会、結核予防会、札幌厚生病院で受診される方は心電図・眼底検査が含まれます。

【健診機関】 健診機関・申し込み先はP 7-8（栗山町の健診一覧）をご覧ください。

こころの体温計



栗山町 こころの体温計

検索

<https://fishbowlindex.jp/kuriyama/>

「睡眠障害を確認するチェックリスト」は、「こころの体温計」からアクセスすることができます。

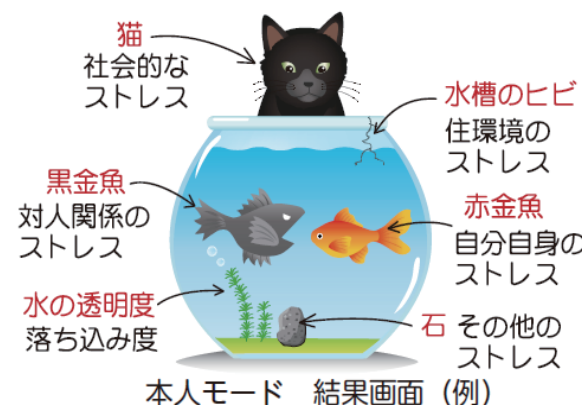
携帯・スマホはこちらから▶



こころの健康状態をイラストで表示

本人モード

ストレス度・落ち込み度が
分かります。



本人モード 結果画面（例）

NEW モード

睡眠障害を確認するチェックリスト

- 健康づくりのための睡眠指針
- 快適な睡眠のための7か条

あなたはよく眠れていますか？
よい睡眠で、こころもからだも健康に。

睡眠障害チェックが
おすすめ



○各種相談窓口をご案内しています。



“がん”の発病初期は、自覚症状が無く
早期に発見することで、適切な治療を行えます。

● 検診内容と対象年齢

検診名	内 容	対 象	受診間隔
胃がん検診	バリウム検査	35 歳以上の方 (平成2年3月31日までに生まれた方) ※厚労省推奨年齢 40 ～ 69 歳	1 年に 1 回
肺がん検診 (結核検診を含む)	胸部レントゲン撮影検査		
大腸がん検診	2 日分便潜血検査		
乳がん検診	マンモグラフィー検査 ※検診機関により、視触診も実施します。	満 20 歳以上の女性 ※厚労省推奨年齢 20 ～ 69 歳	2 年に 1 回
子宮がん検診	頸部細胞検査		

※健診機関・申し込み先は P 7-8 をご覧ください。

● メリット・デメリットを理解して受診しましょう。

メリット

早期発見の最大のメリットは、自覚症状のない
早期の状態で見つけられることです。
早期のうちに適切な治療を行うことにより

- ・からだの負担が少なくてすむ
- ・入院日数が少なくてすむ
- ・一般的に医療費の負担が少なくてすむ
- ・治療前の生活に早く戻れ、職場復帰も早まる

デメリット

- ・がんが 100%見つかるわけではないこと
- ・がん疑いのため精密検査を受けても、がんが発見されないこと
- ・がんがあるのに精密検査が不要と判定され、がんを見逃してしまうこと
- ・要精検となり不安を感じることに

★症状のない元気な時に定期的にがん検診を受けることが大切です。気になる症状のある方は、
すぐに医療機関を受診してください。

● 乳・子宮がん無料検診

栗山町では、がんに関する正しい健康意識の普及啓発を図るとともに、がん検診の受診促進を図ることを目的として、実施しています。

対象の方には 5 月中旬に、無料クーポン券、がん検診手帳をお送りします。詳しくは、案内文をご参照ください。
クーポン券の有効期限は、令和 7 年 3 月 31 日まで
となっておりますので、お早めにお申し込みください。

乳がん検診（女性）
昭和58.4.2～昭和59.4.1 生
子宮がん検診（女性）
平成15.4.2～平成16.4.1 生
平成11.4.2～平成12.4.1 生
平成 7.4.2～平成 8.4.1 生

【対 象】 40 ～ 74 歳の栗山町国民健康保険加入者（特定健診）
後期高齢者医療制度加入者（いきいき健診）

健診名	健診機関・申し込み	料金	健診項目
総 合 健 診	栗山赤十字病院 ☎ 72-1015	国保：10,000 円 後期：9,000 円	・特定健診又はいきいき健診（心電図・眼底検査含む） ・がん検診（胃・肺・大腸） ※追加検査（料金別途）はお問い合わせください。
人間ドック	札幌厚生病院 人間ドック予約係 ☎ 011-251-5713 ※ J A 組合員の方は J A そらち南 ☎ 72-1313	健診機関へ お問い合わせください	・特定健診又はいきいき健診（心電図・眼底検査含む） ・がん検診（胃・肺・大腸） 上記の費用を町で助成します。また、乳・子宮がん検診（対象有）を追加で受診された場合も助成します。

その他の検診

● 肝炎ウイルス検査

ウイルス性肝炎は、肝炎ウイルスの感染によって起こり、気づかいうちに進行します。

【対 象】 年度内 40 歳以上で、過去に検査を受けたことがない方

※年度内 40 歳（昭和 59 年 4 月 1 日～昭和 60 年 3 月 31 日生）の方は無料クーポン券が届きます。

【健診機関】 健診機関・申し込み先は P 7-8（栗山町の健診一覧）をご覧ください。

● エキノコックス症検査

エキノコックス症は、エキノコックスという寄生虫が主に肝臓に寄生して起こる病気です。

【対 象】 小学 3 年生以上で、過去 5 年間検査を受けたことがない方

【健診機関】 健診機関・申し込み先は P 7-8（栗山町の健診一覧）をご覧ください。

● 骨粗しょう症検査

骨粗しょう症は、骨量が減少してもろくなり、骨折しやすい状態となります。

【対 象】 満 40・45・50・55・60・65・70 歳の女性

【健診機関】 健診機関・申し込み先は P 7-8（栗山町の健診一覧）をご覧ください。

● 無料歯科健康診査

お口の健康状態を把握し、歯周病の重症化予防や口腔機能の維持・向上に役立てることができます。

【対 象】 令和 6 年 4 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日に 40・50・60・70・80 歳になる方

健診機関	日 程	料 金	検査内容
町内歯科医院	通年実施	無料	口腔内診査

栗山町の健診一覧

●のところが、受けることができる項目です。

健診機関名 ☎申し込み先		健診名	生活習慣病 予防健診	特定健診	いきいき健診	総合健診	胃がん 検診	肺がん 検診	大腸がん 検診	乳がん 検診	子宮がん 検診	エキノコックス 検査	肝炎ウイルス 検査	骨粗しょう症 検査	
		対 象	20 歳～ 39 歳 栗山町国民健康保険 加入者または健診受 診機会のない方	40 歳～ 74 歳 栗山町国民健康保 険加入者	後期高齢者 医療制度加入者	特定健診または いきいき健診受診者	35 歳以上					20 歳以上	小 3 以上で 過去 5 年間 未受診	40 歳以上で 過去未受診	満 40・45・50・ 55・60・65・70 歳の女性
		内 容	身体測定・血圧測定・血液検査・尿検査				身体・血圧測定・血液検査 尿検査・心電図・眼底検査 胃・肺・大腸がん検診	バリウム検査	胸部レントゲン 撮影検査	2 日分 便潜血検査	マンモグラフィ 検査	頸部細胞診 検査	血液検査	血液検査	骨塩定量検査
		回 数	1 年に 1 回					1 年に 1 回			2 年に 1 回		—	—	5 年に 1 回
栗山赤十字病院 ☎72-1015		● 1,000 円	● 1,500 円	● 700 円	● 特定健診 10,000 円 いきいき健診 9,000 円	● 1,400 円	● 400 円	● 100 円	—	—	● 無料	● 400 円	● 900 円		
長岡医院 ☎72-1171					—	—	—	—	—	—	—	—	—		
つぎたてクリニック ☎77-2277					—	—	—	—	—	—	—	—	—		
梶整形外科医院 ☎72-0058					—	—	—	—	—	—	—	—	—		
板垣医院 ☎72-0250					—	—	—	—	—	—	—	—	—		
北海道対がん協会 (札幌がん検診セン ター)	住民保健課 健康推進グループ ☎73-2256	● 1,400 円			—	● 1,000 円	● 300 円	● 300 円	50歳未満 1,200 円 ●	● 900 円	● 無料	● 400 円	● 200 円		
集団健診 (しゃるる) ※次頁参照							50歳以上 1,000円								
岩見沢レディース クリニック		—	—	—	—	—	—	—	—	●	—	—	—		
新札幌乳腺 クリニック		—	—	—	—	—	—	—	—	50歳未満 1,600 円 ●	—	—	—	—	
札幌厚生病院 人間ドック予約係 ☎011-251-5713		組合員の方は JAそらち南 ☎72-1313		※人間ドック受診者のみ対象 検査項目のうち、特定健診・いきいき健診・がん検診に該当する項目を助成									—		

集団健診のご案内

■ 日程の決まった健診です ● のところが、受けることができる項目です。 定員がありますので、お早めにお申し込みください。

健診機関名	日程	時間	健診名	生活習慣病予防健診	特定健診	いきいき健診	胃がん 検診	肺がん 検診	大腸がん 検診	乳がん 検診	子宮がん 検診	エキノコックス 検査	肝炎ウイルス 検査	骨粗しょう症 検査
			対 象	20 ～ 39 歳 栗山町国民健康保険加入者 または健診受診機会のない方	40 ～ 74 歳 栗山町国民健康保険加入者	後期高齢者医療制度加入者	受診日に 35 歳以上 ※子宮がん検診は 20 歳以上					小 3 以上で過去 5 年間未受診	4 0 歳以上で 過去未受診	満 40 ・ 45 ・ 50 ・ 55 ・ 60 ・ 65 ・ 70 歳の女性
			内 容	全員：身体測定・血圧測定・血液検査・尿検査 40 歳以上限定：心電図検査・眼底検査			バリウム検査	胸部レントゲン 撮影検査	2 日分 便潜血検査	マンモグラ フィ検査	頸部細胞診 検査	血液検査	血液検査	骨塩定量検査
			料 金 会 場	1,000 円	1,400 円	700 円	1,000 円	300 円	300 円	50 歳未満 1,200 円 50 歳以上 1,000 円	900 円	無料	400 円	200 円
北海道 対がん協会	7/2(火)	7:30～11:00	総合福祉 センター しゃるる	●	●	●	●	●	●	—	—	●	●	—
	7/3(水)	7:30～11:00		●	●	●	●	●	●	●	—	●	●	—
	7/30(火)	役場集合 7:50 ※無料送迎バス	札幌がん 検診センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	9/1(日)	7:30～11:00	総合福祉 センター しゃるる	●	●	●	●	●	●	—	—	●	●	—
	女性限定 9/2(月)	7:30～11:00		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—
	11/20(水)	7:30～11:00		●	●	●	●	●	●	—	—	●	●	—
	11/21(木)	役場集合 7:50 ※無料送迎バス	札幌がん 検診センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
北海道 結核予防会	12/8(日)	7:30～14:30	総合福祉 センター しゃるる	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—
	1/18(土)	7:30～12:00		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—

※上記健診のほかにピロリ菌検査、前立腺がん検診、子宮超音波検査、HPV 検査等の検査も同時に受診できます。
検査方法や料金はお問い合わせください。
※生活保護世帯の方は「しゃるる」会場の日程が受診できます。料金は無料です。(追加検査・肝炎検査を除く)

集団健診のお申し込みは

栗山町住民保健課健康推進グループ

受付時間：平日 8：30 ～ 17：15

TEL 0123-73-2256

スマートフォンからも OK！

インターネット申込 (24 時間受付)

栗山町 集団健診

または QR コードで

くりやま健康マイレージのお知らせ

保健サービスガイドに載っている健診は、くりやま健康マイレージの対象になります。くりやま健康マイレージについての詳細は、栗山町健康づくり推進協議会より、5 月ごろに回覧されるチラシをご確認ください。

家族で増やそう元気なからだとマイレージ★



お母さんと子どもの健康



子育て世代包括支援センター

保健師、保育士の専門職が、妊娠、出産、子育てのことなど、さまざまな相談に応じます。
お電話でのご相談もお待ちしておりますので、ぜひ、お気軽にご利用ください。

【場 所】子育て支援センター「スキップ」内（朝日3丁目115番地14） ☎ 72-1280

【時 間】8：30～17：00（土・日・祝日・年末年始は除きます）

● 母子健康手帳の交付（妊婦健診受診票等の交付）

妊娠に気づいたら早めに産婦人科を受診し、「妊娠届出書」をもらいましょう。町では、母子手帳と妊婦健診受診票を交付します。必ず受診して、赤ちゃんとお母さんの健康状態を確認しましょう。

【持ち物】妊娠届出書（医療機関でもらえます）、本人確認書類（例：運転免許証、パスポートなど）
マイナンバー（個人番号カードまたは個人番号通知カード）

※本人以外の方が、届出する場合は事前にご相談ください。委任状が必要になります。

※母子手帳交付後に出産応援給付金（5万円支給）の申請を行います。銀行振込口座がわかるもの（通帳・キャッシュカードなど）をお持ちください。

※母子健康手帳交付時に、保健指導を行うため約30分程の時間がかかります。
来所される際は、事前に日時をお知らせください（☎ 72-1280）。

● パパ・ママクラス（両親学級）

妊婦中のママやパパ、祖父母の方を対象に、妊娠・出産・育児を学ぶ教室を開催しています。ご家族一緒に、赤ちゃんの沐浴体験や妊婦疑似体験を行っています。

【日 程】（日曜日開催）10：00～12：00 7/14（日）、11/17（日）、3/9（日）

（平日夜開催）18：00～20：00 5/24（金）、9/27（金）、1/24（金）

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具

【申 込】☎ 72-1280 ※参加希望の日程前日までにお申し込み下さい。（日曜日開催は金曜日まで）

● ベビーの日（助産師相談日）

出産1年未満のママを対象に助産師による産後の健康管理、授乳や育児に関する相談を個別に行います。授乳や卒乳、日々の育児の中で「これでいいのかな」と思うことでもお気軽にご相談ください。

【日 程】10：00～12：00 4/24（水）、6/19（水）、8/21（水）、10/23（水）、12/18（水）、2/19（水）

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

● スキップ相談日

保健師・管理栄養士を中心に身長や体重測定を行い、成長や栄養のことなど個別に相談できます。

【日 程】10：00～11：30 5/15（水）、7/24（水）、9/18（水）、11/6（水）、1/15（水）、3/19（水）

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

● 妊婦健診、出産時の受診、産婦健診の交通費の助成

妊産婦さんの心身の負担や経済的な負担を軽減するために、妊娠中から出産、産後おおむね1か月以内に健診で病院を受診する際の交通費（自家用車利用も対象）、子どもの1か月健康診査と新生児聴覚検査（確認検査）の費用を助成します。

【場 所】栗山町役場1階（窓口③番）住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

【持ち物】母子健康手帳、タクシー（ハイヤー）利用時の領収書
子どもの健診や新生児聴覚検査（確認検査）受診時の領収書と診察明細書
印鑑、通帳など振込先がわかるもの

● 乳幼児健診

【場 所】総合福祉センター「しゃるる」

【持ち物】母子健康手帳、問診票、歯ブラシ（3～12か月児は、使用している場合）
バスタオル（2歳6か月歯科健診では、バスタオルは必要ありません）

【問合せ】子育て支援センター「スキップ」 ☎ 72-1280

健診名	3～4か月 健診	8か月 健診	12 か月 健診	1歳6か月 健診	2 歳 健診	2歳6か月 歯科健診	3 歳 健診	5 歳 健診	
日程	受付 時間	午後		午前				午後	
		(開始13:00～)		(開始9:00～)				(開始14:30～)	
4/11 (木)		5年12月生	5年 8月生	5年 3月生	4年 9月生	4年 3月生	3年 9月生	3年 1月生	—
5/ 9 (木)		6年 1月生	5年 9月生	5年 4月生	4年10月生	4年 4月生	3年10月生	3年 2月生	31年 4月生
6/13 (木)		6年 2月生	5年10月生	5年 5月生	4年11月生	4年 5月生	3年11月生	3年 3月生	1年 5月生
7/11 (木)		6年 3月生	5年11月生	5年 6月生	4年12月生	4年 6月生	3年12月生	3年 4月生	1年 6月生
8/ 8 (木)		6年 4月生	5年12月生	5年 7月生	5年 1月生	4年 7月生	4年 1月生	3年 5月生	1年 7月生
9/12 (木)		6年 5月生	6年 1月生	5年 8月生	5年 2月生	4年 8月生	4年 2月生	3年 6月生	1年 8月生
10/10 (木)		6年 6月生	6年 2月生	5年 9月生	5年 3月生	4年 9月生	4年 3月生	3年 7月生	1年 9月生
11/14 (木)		6年 7月生	6年 3月生	5年10月生	5年 4月生	4年10月生	4年 4月生	3年 8月生	1年10月生
12/12 (木)		6年 8月生	6年 4月生	5年11月生	5年 5月生	4年11月生	4年 5月生	3年 9月生	1年11月生
1/ 9 (木)		6年 9月生	6年 5月生	5年12月生	5年 6月生	4年12月生	4年 6月生	3年10月生	1年12月生
2/13 (木)		6年10月生	6年 6月生	6年 1月生	5年 7月生	5年 1月生	4年 7月生	3年11月生	2年 1月生
3/13 (木)		6年11月生	6年 7月生	6年 2月生	5年 8月生	5年 2月生	4年 8月生	3年12月生	2年 2月生

● 4歳児健康相談

【日 程】上記の乳幼児健診日に行っています。

【対 象】4歳になるお子さん

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル、歯ブラシ

【申 込】子育て支援センター「スキップ」 ☎ 72-1280

大切な健診は
予定通りに
受診してね！

● 不妊治療費および不育症治療費の助成

不妊治療を受けた方、不育症に悩む方の経済的負担を軽減するため、令和6年4月1日以降に開始した検査及び治療費の自己負担額を全額助成します。

【助成内容】①医療保険が適用されている、タイミング法・人工授精などの「一般不妊治療」、体外受精・顕微授精などの「生殖補助医療」に係る治療費
②医療保険適用外の「先進不妊治療」に係る治療費および交通費
③不育症の検査及び治療費

詳細は、町ホームページをご覧ください。か住民保健課健康推進グループ（☎ 73-2256）までお問い合わせください。

母子手帳アプリ「ハグくり」（母子モ）

妊娠から子育てに関する役立つ情報・子育て講座・乳幼児健診の案内を発信しています。
子どもの成長や予防接種の記録・管理にも活用できます。



予防接種



● 定期予防接種 ※予防接種法に基づく予防接種です

子どもは、発育とともに外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなっていきます。冊子『予防接種と子どもの健康』を読み、予防接種に対して正しい理解を持ち、お子さんの健康管理にお役立てください。

お申し込み・お問い合わせ

栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

※接種希望日の前日 13:00 まで

※土日祝日は除きます。月曜日に接種する場合は、金曜日の13:00まで

※予約をキャンセルする場合は、上記のお問い合わせ先までご連絡ください

持ち物 母子健康手帳、予診票、子ども医療費受給者証

接種年齢・回数

種 類	対象年齢	接種回数
五種混合	生後2か月以上7歳6か月未満 (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ混合・H i b) ※四種混合、Hibの初回接種をされた方(接種途中の方)は、原則として同一のワクチンで、4回目まで接種を完了させてください。	初回3回 追加1回
麻しん・風しん 混合 (M R)	1期: 1歳以上 2歳未満	1回
	2期: 5歳以上7歳未満であって小学校入学前の1年間	1回
二種混合 (ジフテリア・破傷風混合)	2期: 11歳以上13歳未満(標準的な接種期間: 11歳以上12歳未満)	1回
子宮頸がん予防 (HPV)	・小学6年生から高校1年生まで(標準的な接種期間: 中学1年生) ・接種機会を逃した方(キャッチアップ対象者) 平成9年4月2日から平成19年4月1日生まれの方で計3回接種していない方	3回
小児用肺炎球菌	生後2か月以上5歳未満	初回3回 追加1回
水ぼうそう (水痘)	1歳以上3歳未満	2回
日本脳炎 ※特例措置有	1期: 生後6か月以上7歳6か月未満(標準的な接種期間: 3歳以上4歳未満)	2回
	1期追加: 生後6か月以上7歳6か月未満(標準的な接種期間: 4歳以上5歳未満)	1回
	2期: 9歳以上13歳未満(標準的な接種期間: 9歳以上10歳未満)	1回
B型肝炎	生後1歳未満	3回
ロタウィルス	どちらのワクチンも初回接種は生後6週～14週6日まで	
	・ロタリックス(1価): 生後6週～生後24週の間に完了	2回
	・ロタテック(5価): 生後6週～生後32週の間に完了	3回

※日本脳炎は、特例措置により上記以外の年齢でも接種できる場合がありますので、上記の間合せ先までご相談ください。

B C G 予防接種

対 象	医療機関	受付	受付時間
生後1歳未満 ※標準的な接種機関 生後5か月以上 8か月未満	にしみこども クリニック	毎週火・水・木・金曜日(休診日を除く) ※感染症流行期である10月～12月は受付できません。	9:30～ 11:00

※お早めにお申し込みください。

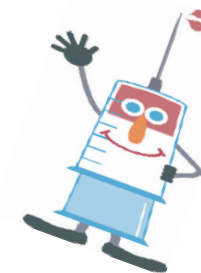
定期予防接種を町外医療機関で接種する場合、「予防接種依頼書」が必要です。
接種前に左記の問い合わせ先までご相談ください。

● 任意予防接種 ※接種する方、または保護者が希望して接種します

下記の予防接種の費用を全額助成しています。接種をご希望の方は、効果や副反応について医師とご相談の上、接種してください。

【助成対象】 おたふくかぜ … 1歳以上4歳未満

【申 込】 直接、医療機関へお申し込みください。
・にしみこどもクリニック ☎ 73-3666



● 予防接種が受けられる医療機関

医療機関 (接種年齢)	定期予防接種												任意 接種	受付日程 及び 受付時間
	五種 混合	四種 混合	Hib	M R	二種 混合	子宮 頸がん	小児用 肺炎 球菌	水ぼう そう	日本 脳炎	B型 肝炎	ロタ ウイルス	おたふく かぜ		
にしみこども クリニック (1歳未満 から)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	(月)・(金) 9:00～12:00 14:30～17:30 (火)・(水) 9:00～12:00 14:30～18:30 (木)・(土) 9:00～12:00 第2木曜日休診	
長岡医院 (9歳以上)	—	—	—	—	●	—	—	—	●	—	—	—	(月)～(金) 9:00～11:00	
板垣医院 (11歳以上)	—	—	—	—	●	●	—	—	—	—	—	—	(月)～(金) 9:00～13:00 第1土曜日 9:00～12:00	
つぎたて クリニック (5歳以上)	—	—	—	●	●	●	—	—	●	—	—	—	(月)(火)(金) 13:30～17:00	

こんなときは… 相談 してください！

● 健康相談日

日程 **第2・第4月曜日（祝日除く）**
13:00～16:00
会場 **総合福祉センター**
「しゃるる」（朝日4丁目）

【問い合わせ】

栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

『健康についてちょっと聞いてみたい』『健診結果の見方がよく分からない』『食事についてアドバイスが欲しい』『不安なことがある』『子どもの成長・発達が気になる』…という方のご相談に応じます。内容に応じて保健師又は管理栄養士が担当します。

また、体成分分析器で部位別の筋肉や脂肪の量を計測することができます。お気軽にご利用ください。



● 地域包括支援センター

高齢者のみなさんが、住み慣れた地域で健康で生きがいを持って生活を送ることができるよう、保健福祉の専門職が悩み事を解決するお手伝いをします。ちょっとした悩みごとや困りごとでも、お気軽にご相談ください。

電話や来所相談の他、ご自宅などに出向いてお話を伺うこともできます。

介護保険って何？
認知症って？



どんな施設があるのかしら？

【問い合わせ】

栗山町地域包括支援センター ☎ 73-2255

● オンライン相談 （産婦人科・小児科）

『妊娠してから便秘と腹痛が辛い』『母乳が足りているか心配』『子どもの肌荒れがなかなか良くならない』などの困りごとを、産婦人科医・小児科医・助産師にスマホで無料相談できます。

まずは LINE の友達追加を！

産婦人科
オンライン ▶



小児科
オンライン ▶



※会員登録には「合言葉」が必要になります。

詳細は **栗山町福祉課高齢者・介護・医療グループ**
（☎ 73-2255） までお問い合わせください。

● 救急安心センターさっぽろ

救急安心センターさっぽろとは 救急医療相談に看護師が24時間・365日対応する、電話による相談窓口です。



#7119

上記でつながらないときは
011-272-7119



看護師が救急医療相談に対応いたします。

※病気の内容やお薬の飲み方などの相談には対応できません。
かかりつけ医等にご相談ください。



救急医療相談



電話で
助言

医師



119番へ
転送



※外国語（英語、中国語、韓国語、タイ語、マレー語、ロシア語等）対応しています。

【問い合わせ】

栗山町高齢者・介護・医療グループ ☎ 73-7507