

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……………2・3
- 特定健診のご案内……………4・5
- 生活習慣病予防健診のご案内……………6
- いきいき健診・歯科健診のご案内…7
- がん検診のご案内……………8
- その他検診のご案内……………9
- 集団健診のご案内……………10・11
- お母さんと子どもの健康……………12・13
- 予防接種……………14・15
- 健康相談・救急医療相談のご案内…16

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	平成29年度	平成30年度
1. 国保世帯数（年間平均）	1,881 世帯	1,776 世帯
2. 全被保険者数（年間平均）	3,243 人	3,040 人
3. 一般被保険者数（年間平均）	3,202 人	3,025 人
4. 退職被保険者数（年間平均）	41 人	15 人
5. 介護 2 号被保険者数（年間平均）※再掲	1,053 人	957 人

● 1 人当たりの医療費

区 分		平成29年度	平成30年度
1. 1 人当たり総医療費		407,045 円	397,962 円
2. 受診率	入 院	28.67%	29.41%
	入院外	1033.05%	1044.25%
3. 1 件当たり日数	入 院	16.33 日	14.94 日
	入院外	1.62 日	1.59 日
4. 1 件当たり費用額	入 院	564,799 円	519,372 円
	入院外	15,051 円	15,044 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…

平成30年度 **109,679 円**

● 平成30年度特定健診受診率は、44.4%でした！

平成20年度から特定健診が始まって以来、最も高い受診率となりました。

第2期保健事業実施計画（データヘルス計画）・第3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5年度までに55%となっています。

● 栗山町の医療費の状況

		予防可能な疾患 (中長期的・短期的目標疾患) 医療費		予防が難しい疾患		
				がん	精神疾患	筋・骨疾患
H30年度	栗山町	211,060,190円	19.55%	16.14%	7.81%	10.79%
	国	1,967,667,869,980円	20.60%	15.35%	8.14%	8.82%
	北海道	77,593,595,150円	18.29%	17.28%	8.08%	9.58%

		中長期的な目標疾患				短期的な目標疾患		
		虚血性心疾患	脳血管疾患	慢性腎不全		高血圧症	糖尿病	脂質異常症
		狭心症 心筋梗塞	脳梗塞 脳出血	透析有	透析無			
H30年度	栗山町	↑ 2.10%	1.71%	1.89%	↑ 0.38%	↑ 4.21%	↑ 6.42%	↑ 2.83%
	国	1.82%	2.16%	4.41%	0.35%	3.79%	5.42%	2.65%
	北海道	2.12%	2.35%	2.50%	0.32%	3.53%	5.21%	2.26%

予防可能な疾患（虚血性心疾患・脳血管疾患・慢性腎臓病・高血圧症・糖尿病・脂質異常症）の医療費合計の割合は北海道と比較して高くなっています。

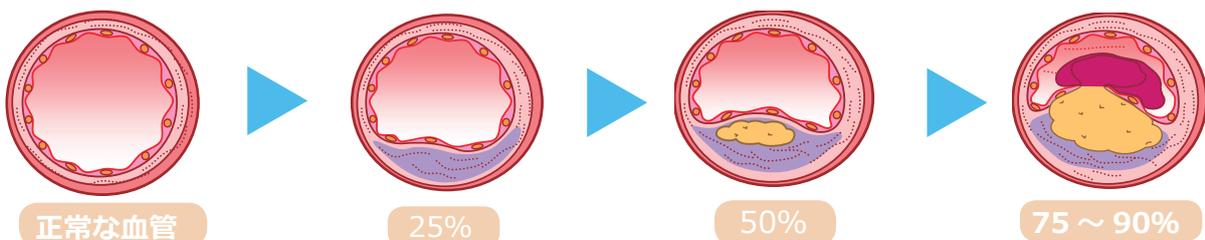
生活習慣病発症予防及び重症化予防を図り、医療費や介護給付費の抑制につなげることが大切です！

特定健診は“血管の詰まりを予防する”ための健診です！！

血管の詰まりを予防するために、「血液と血管の質」を保つことがなによりも大切です。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で「血液と血管の質」を保ち、病気を予防・重症化を予防しましょう！

血管が詰まっていく状態

※ 75～90%詰まるまで症状は出ません！

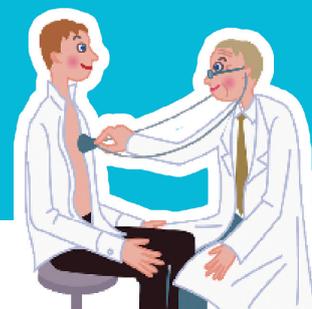


・高血圧・脂質異常症・高血糖・肥満・喫煙など 数十年続くと・・・

⇒ **心筋梗塞・脳梗塞になる！！**

【問い合わせ】 栗山町住民保健課 国保グループ ☎ 73-7508

40～74歳の方対象 特定健診のご案内



● 特定健診とは

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。

【令和2年度対象】 昭和21年（1946年）4月1日～昭和56年（1981年）3月31日生まれの方
※昭和21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55年4月1日～昭和56年3月31日生）の方は
特定健診を無料で受診できます！

【基本検査項目】

問診、腹囲測定、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。

● 特定健診の受け方

栗山町国保加入者

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。

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。

● 健診機関一覧

短時間で済ませたい方におススメ！

健診機関	申し込み	日程	料金 (円)
長岡医院 ☎ 72-1171	希望日の前日まで	令和2年4月～ 令和3年3月末	1,500
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			

がん検診も一緒に受けてみたい方におススメ！

健診機関	申し込み	日程	料金 (円)	追加検査 (料金別途)
栗山赤十字病院 ☎ 72-1015 希望日の2週間前まで	栗山町 住民保健課 健康推進グループ ☎ 73-2256	令和2年4月～ 令和3年3月末	1,500	8ページ「がん検診のご案内」 をご参照ください。
北海道対がん協会 (札幌がん検診センター)		10・11ページ「集 団健診のご案内」 をご参照くださ い。	1,400	8ページ「がん検診のご案内」 及び10・11ページ「集団健診 のご案内」をご参照ください。
北海道対がん協会 (しゃるる)				
北海道結核予防会 (しゃるる)				

総合的な健診を受けたい方におススメ！

健診名	健診機関・申し込み	日程	料金 (円)	備考
総合健診	栗山赤十字病院 ☎ 72-1015 希望日の2週間前まで	令和2年4月～ 令和3年3月末	国保加入者の場合 10,000	健診項目に、特定健診(国保の方)、心電図・眼底検査・胃・肺・大腸がん検診が含まれています。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 ※JA組合員の方は JAそらち南 ☎ 72-1313		健診機関へ お問い合わせ ください	健診項目のうち、特定健診(国保の方)、心電図・眼底検査・胃・肺・大腸がん検診に該当する費用を町で助成します。また、子宮・乳がん検診(対象有)を追加で受診された場合も助成します。

35歳～39歳の方対象 生活習慣病予防健診のご案内

★ 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！

栗山町国保にご加入の35歳から39歳までの方を対象とした、生活習慣病予防のための健診です。4月中に、生活習慣病予防健診のご案内と受診券をお送りします。

健診内容や健診機関などは特定健診（4・5ページ）と同様です。詳しくは、お送りする案内文をご参照ください。

栗山町国保加入者
対象



【令和2年度対象】

栗山町国保にご加入の方で、

昭和56年（1981年）4月1日～昭和61年（1986年）3月31日生まれの方

29歳・34歳の方対象 無料健診のご案内



★ 生活習慣病予防健診とがん検診が無料！

栗山町民対象

日ごろの健康管理は、まず自分の体を知ることから！30歳代前の29歳の方、30歳前半の34歳の方を対象として無料健診を行っています。「初めての健診」を体験してみませんか？

4月中に、対象の方にはご案内をお送りします。健診を受けられる期間が限られていますので、お早めにお申し込みください。

【令和2年度対象】 昭和61年（1986年）4月1日～昭和62年（1987年）3月31日生まれの方
平成3年（1991年）4月1日～平成4年（1992年）3月31日生まれの方

健診機関	申し込み	日程	追加検査(料金別途)
栗山赤十字病院 ☎ 72-1015 希望日の2週間前まで		令和2年6月～12月	ピロリ菌検査
北海道対がん協会 (札幌がん検診センター) (総合福祉センター「しゃるる」)	栗山町 住民保健課 健康推進グループ ☎ 73-2256	※個別健診の場合 令和2年6月～12月 ※集団健診の場合 10・11ページをご参照ください。	ピロリ菌検査

こころとからだ 元気ですか？

『こころの体温計』

簡単にストレス度・落ち込み度を自己診断できるこころの体温計を実施しています。お気軽に試してみてください。



『メタボチェック』

メタボチェック、活動量チェック、引き算ダイエットの3つの項目をチェックして、生活習慣病予防に役立ててみませんか？



携帯・スマホは
こちらから



パソコンはこちらから→ <https://fishbowlindex.jp/kuriyama/>

後期高齢者医療制度加入の方対象 いきいき健診のご案内

★ 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、腹囲測定、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	申し込み	日程	料金（円）	追加検査（料金別途）
栗山赤十字病院 ☎ 72-1015 希望日の2週間前まで			700	8ページ「がん検診のご案内」 をご参照ください
長岡医院 ☎ 72-1171 希望日の前日まで		令和2年4月～ 令和3年3月末	700	※総合健診を受診する場合 検査項目のうち、いきいき健診とがん検診 に該当する項目を助成（基本料金9,000円）
つぎたてクリニック ☎ 77-2277 希望日の前日まで				
梶整形外科医院 ☎ 72-0058 希望日の前日まで				
板垣医院 ☎ 72-0250 希望日の前日まで				
北海道対がん協会 （札幌がん検診センター）	栗山町 住民保健課 健康推進グループ ☎ 73-2256	10・11ページ 「集団健診のご案内」 をご参照 ください。	700	8ページ「がん検診のご案内」 及び10・11ページ集団健診の ご案内」をご参照ください。
北海道対がん協会 （しゃるる）				
北海道結核予防会 （しゃるる）				
札幌厚生病院 人間ドック予約係 ☎ 011-251-5713 ※JA組合員の方は、JAそらち南 ☎ 72-1313		令和2年4月～ 令和3年3月末		※人間ドック受診者のみ対象 検査項目のうち、いきいき健診とがん検診 に該当する項目を助成

成人・高齢者歯科健診のご案内

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2年4月1日～令和3年3月31日までに

40・50・60・70・80歳になる方

※対象の方には個別にご案内します。

【問い合わせ】 栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

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

がん検診のご案内



“がん”の発病初期は、自覚症状が無く、早期に発見し治療することで、ほぼ完全に治せる病気です。

● 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 (昭和61年3月31日までに生まれた方)	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日分検便検査		
乳がん検診	マンモグラフィ検査 ※検診機関により、視触診も実施します。	35歳以上の女性 (昭和61年3月31日までに生まれた方)	2年に 1回
子宮がん検診	頸部細胞検査	満20歳以上の女性	

● 個別検診

※日程を選んで受診できる検診です

検診機関	申し込み	料金(円)					追加検査 (料金別途)	
		胃	肺	大腸	乳			子宮
					50歳未満	50歳以上		
栗山赤十字病院 希望日の2週間前まで	☎ 72-1015	1,400	400	100	-	-	喀痰検査 前立腺がん検診 ピロリ菌検査	
岩見沢 レディース クリニック	栗山町 住民保健課 健康推進グループ ☎ 73-2256	-	-	-	-	1,200	子宮体部検査	
新札幌乳腺 クリニック		-	-	-	1,600	1,200	-	
北海道 対がん協会 (札幌がん検診センター)		1,000	300	300	1,200	1,000	900	喀痰検査 子宮体部検査 子宮超音波検査 前立腺がん検診 ピロリ菌検査
札幌厚生病院人間ドック予約係 ☎ 011-251-5713 ※JA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、がん検診に該当する項目を助成							

子宮・乳がん検診

● 無料クーポン検診

対象の方には5月中旬に、無料クーポン券と検診手帳をお送りします。詳しくは、同封の案内文をご参照ください。
クーポン券の有効期限は、令和3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。

【令和2年度対象】

受診日時点で、栗山町に住民登録をしている方で右記に該当する方

乳がん検診(女性)

昭和54.4.2～昭和55.4.1生

子宮頸がん検診(女性)

平成11.4.2～平成12.4.1生

平成7.4.2～平成8.4.1生

平成3.4.2～平成4.4.1生

その他検診のご案内

●エキノкокクス症検診

エキノкокクス症は、エキノкокクスという名前の寄生虫が主に肝臓に寄生して起こる病気で、早期発見、早期治療が大切です。道内では毎年 10 数名の患者が見つかっています。

【対象】 小学 3 年生以上で、過去 5 年間検診を受けたことがない方

【申し込み】 希望日の前日までに、下記へお申し込みください。

場所	日程	料金	検査内容
栗山赤十字病院 ☎ 72-1015	通年実施	無料	血液(血清)検査

●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る肝臓の病気です。中でも B 型、C 型肝炎ウイルスは、感染すると慢性の肝臓病（慢性肝炎、肝硬変、肝臓がん）を引き起こす原因ともなります。

【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 55 年 4 月 1 日～昭和 56 年 3 月 31 日生)の方は無料クーポンが届きます。

【申し込み】 希望日の前日までに、下記へお申し込みください。

場所	日程	料金	検査内容
栗山赤十字病院 ☎ 72-1015	通年実施	400 円	血液検査 (HBs抗原・HCV抗体)

●骨粗しょう症検診

骨粗しょう症は、骨量が減少して弱くなり、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

【申し込み】 希望日の前日までに、下記へお申し込みください。

場所	日程	料金	検査内容
栗山赤十字病院 ☎ 72-1015	通年実施	900 円	骨塩定量検査

●脳検診・脳ドック

脳血管疾患は、生活習慣が引き金となって起こる病気です。特定健診（血液検査）の結果と併せて確認することで、予防に役立てることができます。

【対象】 令和 2 年 4 月 1 日～令和 3 年 3 月 31 日までに

40・45・50・55・60・65・70 歳になる方

※対象の方には個別にご案内します。

【問い合わせ】 栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

場所	日程	料金	検査内容
総合福祉センター 「しゃるる」	8/31・9/1・2 10/29・30・31	5,000 円	MRI (磁気共鳴断層画像) MRA (磁気共鳴血管画像)
岩見沢脳神経外科	令和 2 年 7 月～ 12 月末	10,000 円	MRI (磁気共鳴断層画像) MRA (磁気共鳴血管画像) 頸部エコー (超音波検査)

令和2年度

集団健診

■ 日程の決まった健診です

健診機関名	日程	時間	健診項目	特定健診 (40～74歳)	生活習慣病 予防健診 (35～39歳)	いきいき健診 (後期高齢者)	胃
			料金 会場	1,400円	1,400円	700円	1,000円
北海道結核予防会	女性限定 6/13(土)	7:30～15:30	しゃるる	●	●	●	●
	12/13(日)	7:30～15:30		●	●	●	●
北海道対がん協会	7/16(木)	7:30～11:00	しゃるる	●	●	●	●
	9/23(水)	7:30～15:30		●	●	●	●
	10/22(木)	7:30～11:00		●	●	●	●
	女性限定 10/23(金)	7:30～15:30		●	●	●	●
	1/26(火)	7:30～15:30		●	●	●	●
	8/1(土)	役場集合 7:50 ※無料送迎バス が利用できます。	札幌がん 検診センター	●	●	●	●
	11/18(水)			●	●	●	●

※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)

【各種健診の申込み・問合せ先】

※定員がありますのでお早めにお申込みください

住民保健課 健康推進グループ

TEL 73-2256

FAX 73-2266



診のご案内

●のところが、受けることができる項目です。

0歳以上)	肺 (35歳以上)	大腸 (35歳以上)	乳 (35歳以上)	子宮 (20歳以上)	エキノコックス 小3以上で過去 5年間未受診の方	肝炎検査 40歳以上で受けた ことがない方	追加検査 (料金別途)
0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	
●	●	●	●	●	●	●	子宮体部検査 子宮超音波検査 前立腺がん検査 ピロリ菌検査 喀痰検査
●	●	●	●	●	●	●	
●	●	●	●	—	●	●	子宮体部検査 子宮超音波検査 前立腺がん検査 ピロリ菌検査 肺ヘリカルCT 喀痰検査
●	●	●	●	—	●	●	※肺ヘリカルCTは 7/16・8/1・11/18 のみ受診可
●	●	●	●	●	●	●	
●	●	●	●	●	●	●	

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配布の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



● 母子手帳の交付・妊婦健診費用の助成

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（14回分）を交付しますので、必ず妊婦健診を受け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）

- ・本人確認ができるもの（例：運転免許証、パスポートなど）
- ・マイナンバーを確認します（個人番号カードまたは個人番号通知カードをご持参ください）

※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。

※妊婦健診の受診券発行に約30分程の時間がかかります。役場に来所される際には、事前に日時をお知らせください。

● 特定不妊治療費の助成

特定不妊治療（体外受精及び顕微授精）に要した費用の一部を助成しています。「北海道特定不妊治療費助成事業承認通知書」の交付を受けている方など、対象となる条件がありますので詳しくは、下記相談窓口までお問い合わせください。

● ぷちママサロン 会場：子育て支援センター「スキップ」

内容	日程				時間	用意するもの
「ベビーマッサージ、子育て支援センター見学」 ●先輩ママのベビーマッサージの様子と親子で遊んでいる様子を見てみよう！	毎月第3火曜日				10:15～ 12:00	母子手帳 筆記用具
「パパ・ママクラス」 ●パパも一緒に、沐浴と妊婦体験	—	—	10/25 (日)	1/24 (日)	10:00～ 11:30	母子手帳 筆記用具
	6/26 (金)	—	—	—	18:00～ 19:30	
「知っておきたい！食事のこと栄養のこと」 ●妊娠中・産後の食生活をおいしく楽しく伝えます！	—	8/26 (水)	11/4 (水)	2/10 (水)	10:00～ 12:30	母子手帳 筆記用具 エプロン 同封アンケート
「お産のイメージづくり」 ●助産師さんと一緒に、出産時の呼吸マッサージを練習しよう！	5/20 (水)	9/9 (水)	12/9 (水)	3/3 (水)	10:00～ 12:00	母子手帳 筆記用具 動きやすい服装で お越しください

【申込期限】 下期の相談窓口に参加希望の日程前日までにお申込み下さい。

（日曜日開催の「パパ・ママクラス」は、金曜日まで）

※「パパ・ママクラス」は、上のお子さんや祖父母の方も参加できます。

※上記日程で参加できない場合、訪問や来所でも行いますのでご相談ください。

妊娠・出産・子育てに関する相談

【相談窓口】 お気軽にご相談ください！

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
月～金 8:30～17:15（祝日除く）

子どもの成長を
確認しよう！

体調や都合が
悪い場合は
翌月に来てね！



● 乳幼児健診

- 【場 所】** 総合福祉センター「しゃるる」
【用意するもの】 母子手帳、バスタオル、歯ブラシ（3～12か月児は、使用している場合）
 ※2歳6か月歯科健診は、バスタオルは必要ありません。
【問い合わせ】 栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

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
受付 時間 日程	14:00～	13:00～13:30		9:00～10:00			
4/9 (木)	元年12月生	元年8月生	31年3月生	30年9月生	30年3月生	29年9月生	29年1月生
5/14 (木)	2年1月生	元年9月生	31年4月生	30年10月生	30年4月生	29年10月生	29年2月生
6/11 (木)	2年2月生	元年10月生	元年5月生	30年11月生	30年5月生	29年11月生	29年3月生
7/9 (木)	2年3月生	元年11月生	元年6月生	30年12月生	30年6月生	29年12月生	29年4月生
8/13 (木)	2年4月生	元年12月生	元年7月生	31年1月生	30年7月生	30年1月生	29年5月生
9/10 (木)	2年5月生	2年1月生	元年8月生	31年2月生	30年8月生	30年2月生	29年6月生
10/8 (木)	2年6月生	2年2月生	元年9月生	31年3月生	30年9月生	30年3月生	29年7月生
11/12 (木)	2年7月生	2年3月生	元年10月生	31年4月生	30年10月生	30年4月生	29年8月生
12/10 (木)	2年8月生	2年4月生	元年11月生	元年5月生	30年11月生	30年5月生	29年9月生
1/14 (木)	2年9月生	2年5月生	元年12月生	元年6月生	30年12月生	30年6月生	29年10月生
2/4 (木)	2年10月生	2年6月生	2年1月生	元年7月生	31年1月生	30年7月生	29年11月生
3/11 (木)	2年11月生	2年7月生	2年2月生	元年8月生	31年2月生	30年8月生	29年12月生

子育て相談も
行っています！

● 4・5歳児健康相談

- 【日 程】** 上記の乳幼児健診日（受付 10:00～）に行っています。
【対 象】 4歳または5歳になるお子さん
【用意するもの】 母子手帳、バスタオル、歯ブラシ
【申し込み】 希望日の第1金曜日までにお申込みください。
 栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256



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。

申込み … 接種希望日前日の 13:00 まで

問合せ先 栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

※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。

用意するもの … 母子手帳・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
四種混合	生後3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)	1期初回3回 1期追加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：小学6年生	1回
子宮頸がん予防 (HPV)	小学6年生～高校1年生	3回
H i b (ヒブ) 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～7歳6か月 (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～7歳6か月 (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 ※令和2年 10月1日より 定期接種	令和2年8月1日以降に生まれた方 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週の間完了	2回
	ロタテック (5価)：生後6週～生後32週の間完了	3回

※上記予防接種を町外で接種する場合、「予防接種依頼書」が必要です。接種前に上記問合せ先までご相談ください。

※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、上記問合せ先までご相談ください。

BCG予防接種

※お早めに希望日をお申込みください。

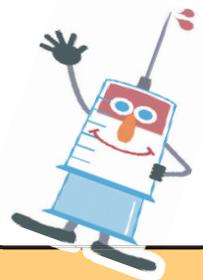
対象	会場	日程	受付時間
生後1歳未満 ※標準的な接種機関 生後5か月以上 8か月未満	にしみこども クリニック	毎週火・水・木・金曜日（休診日を除く） ※感染症流行期である10月～12月は受付できません。	9:30～ 11:00

● 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

【申し込み】 直接、医療機関へお申込みください。



● 予防接種が受けられる医療機関

医療機関	定期予防接種										任意 予防	受付日程 及び 受付時間
	四種 混合	MR	二種 混合	子宮 頸がん	Hib	小児用 肺炎球菌	水ぼう そう	日本 脳炎	B型 肝炎	おたふく かぜ		
にしみこども クリニック ☎ 73-3666	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	(月)～(土) (木)は午前中のみ 第2木曜日休診 9:00～12:00 14:30～18:30 (土)13:30まで
長岡医院 ☎ 72-1171	—	—	●	●	—	—	—	● 注1	—	—	—	(月)～(金) 9:00～11:00
板垣医院 ☎ 72-0250	—	—	●	●	—	—	—	—	—	—	—	11歳～ (月)～(金) 9:00～13:00 第1土曜日 9:00～12:00
つぎたて クリニック ☎ 77-2277	—	●	●	●	—	—	●	●	—	●	●	(月)(火)(金) 13:30～17:00

※1歳未満の接種は、「にしみこどもクリニック」のみです。

※注1は、9歳以上のみ接種できます。

こんなときは…相談日のご利用を!

● 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。
お気軽にご利用ください。



● あんしん相談日

日程 毎週月曜日（祝日除く）
9:30～11:30
会場 いきいき交流プラザ
「サンタの笑顔」（中央3丁目）

日程 第1・第3金曜日（祝日除く）
13:30～15:00
会場 遊歩道の駅つぎたて（継立）

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で健康で生きがいを持って生活が送れるように、社会福祉士・介護支援専門員・保健師・管理栄養士による相談を行っています。

ちょっとしたことで、ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

【問い合わせ】

栗山町地域包括支援センター ☎ 73-2255



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。



※平成28年10月1日より外国人観光客等にも対応できるように外国語（英語、中国語、韓国語、タイ語、マレー語、ロシア語）対応が開始されました。

【問い合わせ】

栗山町福祉課地域医療推進室 ☎ 73-7519