

# 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30年度	令和元年度
1. 国保世帯数（年間平均）	1,776 世帯	1,698 世帯
2. 全被保険者数（年間平均）	3,040 人	2,888 人
3. 一般被保険者数（年間平均）	3,025 人	2,887 人
4. 退職被保険者数（年間平均）	15 人	1 人
5. 介護2号被保険者数（年間平均）※再掲	957 人	878 人

## ● 1人当たりの医療費

区分	平成30年度	令和元年度
1. 1人当たり総医療費	397,962 円	447,708 円
2. 受診率	入院	29.41%
	入院外	1044.25%
3. 1件当たり日数	入院	14.94 日
	入院外	1.59 日
4. 1件当たり費用額	入院	519,372 円
	入院外	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…

令和元年度 **104,064 円**

## ● 令和元年度特定健診受診率は、46.2%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
R1年度	栗山町	<b>220,743,450円</b>	19.72%	<b>16.18%</b>	<b>7.34%</b>	<b>11.48%</b>
	国	1,839,091,912,830円	20.26%	16.03%	8.22%	8.80%
	北海道	73,583,845,240円	17.71%	18.15%	8.03%	9.51%

		中長期的な目標疾患				短期的な目標疾患		
		虚血性心疾患 狭心症 心筋梗塞	脳血管疾患 脳梗塞 脳出血	慢性腎不全		高血圧症	糖尿病	脂質異常症
				透析有	透析無			
R1年度	栗山町	<b>2.69%</b>	<b>2.32%</b>	<b>1.61%</b>	<b>0.23%</b>	<b>4.08%</b>	<b>6.28%</b>	<b>2.51%</b>
	国	1.70%	2.15%	4.55%	0.31%	3.52%	5.44%	2.59%
	北海道	1.93%	2.31%	2.51%	0.30%	3.29%	5.19%	2.19%

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。

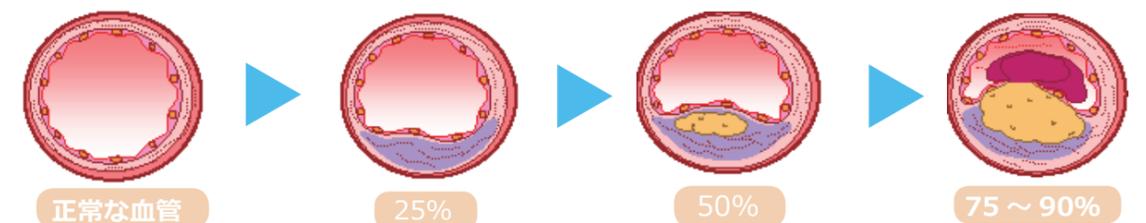
**生活習慣病発症予防及び重症化予防を図り、医療費や介護給付費の抑制につなげることが大切です！**

## 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3年度対象】** 昭和22年（1947年）4月1日～昭和57年（1982年）3月31日生まれの方  
※昭和22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56年4月1日～昭和57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3年4月～ 令和4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3年4月～ 令和4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3年4月～ 令和4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3年度対象】

栗山町国保にご加入の方で、  
昭和57年(1982年)4月1日～昭和62年(1987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3年度対象】

昭和62年(1987年)4月1日～昭和63年(1988年)3月31日生まれの方  
平成4年(1992年)4月1日～平成5年(1993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3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3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

# 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		令和3年4月～ 令和4年3月末	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				※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				700
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。		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3年4月～ 令和4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3年4月1日～令和4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62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62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 ☎72-1015 希望日の2週間前まで		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4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3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55.4.2～昭和56.4.1生

### 子宮頸がん検診(女性)

平成12.4.2～平成13.4.1生

平成8.4.2～平成9.4.1生

平成4.4.2～平成5.4.1生

# その他検診のご案内

## ● エキノコックス症検診

エキノコックス症は、エキノコッ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56年4月1日～昭和57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

## 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/>

# 令和3年度 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。

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 (35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
			検査方法	身長・体重・採血検査 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 検便検査	マンモグラ フィー検査	頸部細胞診検査	採血検査	採血検査
			料金 会場	1,400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
北海道結核予防会	6/12(土)	7:30～14:30	しゃるる	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
北海道対がん協会	7/13(火)	7:30～11:00	しゃるる	●	●	●	●	●	●	—	—	●	●
	9/22(水)	7:30～14:30		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	9/23(木・祝)	7:30～11:00		●	●	●	●	●	●	—	—	●	●
	女性限定 10/24(日)	7:30～14:30		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	10/25(月)	7:30～11:00		●	●	●	●	●	●	—	—	●	●
北海道結核予防会	12/12(日)	7:30～14:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
北海道対がん協会	1/26(水)	7:30～11:00	●	●	●	●	●	●	●	—	—	●	●
北海道対がん協会	11/8(月)	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	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

※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)

※定員がありますのでお早めにお申込みください

### 【各種健診の申込み・問合せ先】

住民保健課 健康推進グループ

TEL 73-2256 FAX 73-2266



## 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マイレージ

# お母さんと子どもの健康



## ● 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、母子健康手帳、妊婦健診受診票（14回分）、産婦健診受診票（2週後・1か月後）、新生児聴覚検査受診票（初回のみ）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。

【場所】子育て支援センター「スキップ」 ☎ 72-1280

【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（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。

## ● パパ・ママクラス（両親教室）

妊婦中のママやパパ、上のお子さんや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）10:00～11:30 7/25（日）、11/28（日）、3/27（日）  
（平日夜開催）18:00～19:30 5/28（金）、9/24（金）、1/28（金）

【場所】子育て支援センター「スキップ」

【持ち物】母子手帳、筆記用具

【申込】子育て世代包括支援センター ☎ 72-1280

※参加希望の日程前日までにお申込み下さい。（日曜日開催は金曜日まで）

※上記日程に参加できない場合でも、ご希望の日程で開催することも可能です。

## ● 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

## ● 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までお問い合わせください。

【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

## ● 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】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

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

※会場内での混雑を防ぐため、事前に対象の方へ郵送で受付時間をお知らせします。

※健診会場では、感染予防に配慮して換気や消毒などに努めて実施しています。

## ● 4・5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歳または5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】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

※希望日の第1金曜日までにお申込みください。

## 妊娠・出産・子育ての相談

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。お子さんと一緒にゆったり相談できる専用の相談室がありますので、お気軽にご利用ください。

【場所】子育て世代包括支援センター（子育て支援センター スキップ内） ☎ 72-1280

【時間】9:00～17:00（土日祝日は除きます）

# 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・問合せ先

住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

※接種希望日の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、上記の問合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
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)	3回
Hib(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週の間完了 ・ロタテック(5価)：生後6週～生後32週の間完了	2回 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、上記の問合せ先までご相談ください。

## BCG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、医療機関へお申込みください。

・にしみこどもクリニック ☎ 73-3666

・つぎたてクリニック ☎ 77-2277



## ● 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
	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 (1歳未満から)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		(月)～(土) 9:00～12:00 14:30～18:30 (木)は午前のみ 第2木曜日休診 (土)は9:00～13:30
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 (1歳以上)	—	●	●	●	—	—	●	●	—	●		(月)(火)(金) 13:30～17:00

# こんなときは…相談日のご利用を!

## ● 健康相談日 ※要予約

**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）

『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。



【問い合わせ】

栗山町住民保健課健康推進グループ ☎ 73-2256

※前週の金曜日までにご予約ください。

## ● あんしん相談日

**日程** 毎週月曜日（祝日除く）  
9:30～11:30  
**会場** いまいき交流プラザ  
「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** 南部公民館（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も、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】

栗山町福祉課高齢者・介護・医療グループ ☎ 73-7507