

# かると

## 年に1度、健康チェックのため 検診を受けましょう

市で実施している基本健康診査（肺がん検診、前立腺がん検診を含む）やがん検診（胃・大腸・乳・子宮）は、個別検診（医療機関）と集団検診（しんた21など）のどちらかの方法で受診できます。

集団検診は日程・定員に限りがありますが、個別検診は通年、医療機関で実施していますので、自分の都合の良い日に受けることができます（医療機関によっては予約が必要な場合があります）。

年に1度の健康チェックを、自分に合った方法で受診しましょう。

なお、料金や医療機関など、詳しくは健康カレンダーをご覧ください。

## むし歯予防教室に参加しませんか

お子さんが1歳を過ぎたら、丈夫な歯をつくるため、親子で楽しく学んでみませんか。

- ▶日時 10月20日(水) 10時～12時
- ▶場所 しんた21
- ▶対象 1歳～1歳6カ月のお子さんとその保護者
- ▶内容 歯のお話と歯科検診（ヨシダ歯科医院 吉田和弘さん）、交流会（手作りの軽食の試食）
- ▶定員 20人（申込順）
- ▶参加料 200円（軽食の材料代）

▶持ち物 お子さんの歯ブラシ、母子健康手帳、おしぼり

▶申し込み 電話でお申し込みください

## すこやかマタニティ教室に 参加しませんか

もく浴やおむつ交換などの実習をはじめ、妊婦さん同士の情報交換や妊婦体操の体験、先輩ママの体験談、妊娠中の食事の話などを聞くことができます。

お父さんになる方やご家族もぜひご参加ください。

▶日時・内容

| 開催日              | 時間             | 内容                     |
|------------------|----------------|------------------------|
| 1日目<br>10月24日(日) | 10時～<br>12時30分 | もく浴やおむつ交換の実習、パパの妊婦体験など |
| 2日目<br>10月29日(金) | 13時～<br>15時30分 | 妊婦体操、授乳体験、先輩ママとの交流など   |
| 3日目<br>11月2日(火)  | 13時～<br>15時30分 | 妊娠期の食生活のお話など           |

▶場所 しんた21

▶対象 1日目…妊婦の方（ご家族も参加できます）、2・3日目…1日目に参加した妊婦の方

▶定員 15組（申込順）

▶申し込み 電話でお申し込みください

しんた21からのお知らせ

## インフルエンザの予防接種が始まります

高齢者がインフルエンザにかかると、肺炎などの合併症を引き起こす確率が高く、最悪の場合、死に至ることもあります。インフルエンザの予防接種が高齢者の発病の防止、特に重症化の防止に効果的であることから、市は高齢者に対し、その費用の一部を助成します。

- ▶対象 接種を受ける日現在で65歳以上の方
- 60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器、ヒト免疫不全による障害があり、身体障害者手帳1級として認定されている方
- ▶実施期間 11月1日(月)～12月31日(金)（医療機関が実施している期間）
- ▶実施場所 登別・室蘭両市内でインフルエンザ予防接種を実施している医療機関（事前に予約が必要）
- ▶料金（自己負担額） 1,050円（消費税込み）
- ※次の方は無料になります
- 登別市の国民健康保険加入者（医療機関に被保険者証を提示してください）
- 市民税非課税者（医療機関に市民税課税証明書（非課税を証明するもの、税務課で発行）を持参してください）
- 生活保護受給者（医療機関に生活保護受給証明書（社会福祉課で発行）を持参してください）

問い合わせ 健康推進課  
(しんた21内 ☎0100)

## 11月の予防接種

問い合わせ：健康推進課（しんた21内 ☎0100）

【接種上の注意】

●通院中の方は接種してよいかを主治医と相談してください

●必ず母子健康手帳を持参してください

※予防接種は無料で受けられます。

※年間の予防接種の日程については、『市民健康カレンダー』をご覧ください。

| 接種内容     | 場所       | 日時                       | 対象                                          | 接種方法 |
|----------|----------|--------------------------|---------------------------------------------|------|
| ツベルクリン反応 | 鷺別公民館    | 11月9日(火)<br>12:45～13:15  | 3カ月以上4歳未満の乳幼児                               | 1回接種 |
|          | しんた21    | 11月24日(水)<br>12:45～13:15 |                                             |      |
|          | 婦人センター   | 11月29日(月)<br>12:45～13:15 |                                             |      |
|          | 登別厚生年金病院 | 11月29日(月)<br>14:00～14:20 |                                             |      |
| BCG      | 鷺別公民館    | 11月11日(水)<br>12:45～13:15 | ツベルクリン反応検査（48時間後判定）が陰性（9 <sup>ミ</sup> 以下）の方 | 1回接種 |
|          | しんた21    | 11月26日(金)<br>12:45～13:15 |                                             |      |

## ポリオ生ワクチン追加接種のお知らせ

ポリオの免疫を有する割合が低い昭和50年から昭和52年までに生まれた方を対象に、ポリオワクチンの追加接種を行います。

希望される方は、必ず事前にお申し込みください。

▶日時 10月22日(金) 12時45分～13時15分

▶場所 しんた21

▶料金 1,100円

※母子健康手帳をお持ちの方は当日持参してください。

▶申し込み 10月21日(木)までに電話で健康推進課（しんた21内 ☎0100）