

健康

- Healthy Guide -

ガイド

成人の風しん予防接種費用の一部を助成します

風しんの免疫を持たない女性が妊娠中に感染すると、生まれてくる赤ちゃんが白内障、心疾患、難聴などの「先天性風しん症候群」にかかる可能性が高いと言われています。

そのため、妊婦と生まれてくる赤ちゃんの健康を守ることを目的に、感染予防に有効とされる「麻しん風しん予防接種及び風しん単独予防接種」にかかる費用の一部を助成します。接種希望の方には助成券を発行しますので、保健センターにお問い合わせください。

助成対象者

名寄市に住民登録がある19歳以上(平成9年4月1日生まれ以前)で次に該当する方

- ①妊娠を希望している女性
- ②妊娠している女性の夫
(婚姻関係は問いません)

※妊娠中の女性や風しんにかかったことが明らかな方、風しん抗体価が十分であると確認できる方を除く。

接種料金

自己負担額2,000円(1人1回限り)
※生活保護世帯の方は全額助成。

助成期間

平成31年3月31日まで



赤十字救急法基礎講習

呼吸停止・心停止など直ちに手当てが必要な状態の方に対して、救急隊が到着するまでの間、迅速に救命の手当て(AED使用法含む)を行えるように必要な知識と技術を身に付けることを目的に講習会を開催します。

- とき 7月5日(日) 9:00~13:00
- ところ 駅前交流プラザ
「よろーな」会議室1
- 受講費 1,500円(教材費)
- 対象・定員 15歳以上の方30人
- 申し込み締切 6月26日(金)
- 申し込み・問い合わせ
社会福祉課福祉総務係
(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3221)



健康づくり体操教室

- とき 6月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木) 9:30~11:15
- ところ 総合福祉センター(西2南12)
- 対象 おおむね60歳以上の方
- 内容 フォークダンス、民謡踊り、自きよう術
- 申し込み 当日会場で受け付けます。(上靴を持参ください)
- 問い合わせ 高齢介護課高齢福祉係
(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3231)

がん患者サロン 「よりみち茶話会」のご案内

市立総合病院では、がんのことを気軽に語り合うサロンを開催します。がん患者さん・そのご家族であればどなたでも参加できます。

- とき 6月25日(木) 13:30~
- ところ 市立総合病院 2階和室
- 内容 「食事の工夫」
- 申し込み・問い合わせ 市立総合病院 地域医療連携室
☎01654③3101(代)

申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)
☎01654②1486

休日当番医 急患に限ります

6月7日	市立総合病院 ☎01654③3101
14日	名寄中央整形外科 ☎01654③2006
21日	あべクリニック ☎01654⑨7011
28日	名寄東病院 ☎01654③2188
7月5日	たに内科クリニック ☎01654③1223
12日	片平外科・脳神経外科 ☎01654③3375
19日	市立総合病院 ☎01654③3101
20日	市立総合病院 ☎01654③3101 …救急医療情報案内… フリーダイヤル ☎0120(20)8699

子育て保健 ミニカレンダー

- 6月
- 1日(月) 3歳児健診
- 2日(火) 1歳6カ月児健診
- 4日(木) ちびっこひろば④
- 12日(金) 親子ふれあいひろば
- 15日(月) 股関節脱臼検診
お母さん教室①
- 20日(土) お父さんお母さん教室
- 23日(火) 7カ月児健診・BCG
- 25日(木) 4カ月児健診
- 26日(金) 親子ふれあいひろば
- 29日(月) 赤ちゃん計測日
- 30日(火) お母さん教室③

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

子育て支援センターのおもな行事

名寄市子育て支援事業

- 「親子お出かけバスツアー」
 - ・とき 7月17日(金)
 - ・ところ 旧風連日進保育所
 - ・内容 お弁当持参のバス遠足(参加費無料)
 - ・申込方法 市内各子育て支援センターへ直接または電話で申し込みください。
 - ・申込締切 6月30日(火)
 - 「青空教室」
 - ・とき 7月1日(水)、15日(水) 10:00~11:30
 - ・ところ 1日…智恵文保育所所庭
(雨天時：智恵文支所)
15日…浅江島公園
(雨天時：市民文化センター)
 - ・内容 大型紙芝居やポケットシアター、手遊びなどを行い親子で遊びます。また、保育所の栄養士も同行し、食育相談・アレルギー相談なども受け付けます。
- ※当日現地へお越しください。



「こぐま」

(風連さくら保育園内 ☎01655③2378)

- 親子遊びの体験教室「外あそび」
 - ・とき 6月4日(木) 10:00~11:30
 - ・ところ さくら公園
 - ・内容 公園内で楽しく遊びます
(雨天時：保育園内で運動遊び)
- 親子遊びの体験教室「春の親子遠足」
 - ・とき 6月18日(木) 10:00~11:30
 - ・ところ 名寄サンピラーパーク
(雨天時：サンピラー交流館内)
 - ・内容 春の親子遠足
※現地集合・現地解散です。
※6月11日(木)までに直接または電話で申し込みください。
- 親子遊びの体験教室「七夕製作」
 - ・とき 7月2日(木) 10:00~11:30
 - ・ところ さくら保育園
 - ・内容 親子で七夕飾りを作ります。



「さくらんぼ」

(東保育所内 ☎01654②5683)

- 開催場所(4月~9月)
 - ・月・火・木・金曜日 市民文化センター
 - ・水曜日(0歳児対象) 駅前交流プラザ「よろーな」

※急きよ場所が変更になることがあります。詳しくは問い合わせください。
- 親子遊びの広場「七夕飾り製作」
 - ・とき・ところ
 - 【0歳児】6月24日(水) 10:00~11:30
駅前交流プラザ「よろーな」
 - 【その他】6月25日(木) 10:00~11:30
市民文化センター
 - ・内容 親子で七夕の飾りを作って、短冊にお願いごとを書きましょう。



※事前申し込み不要。

- 親子遊びの広場「親子ふれあい体操」
 - ・とき 6月29日(月) 10:30~11:30
 - ・ところ 市民文化センター
 - ・内容 親子で体をたくさん使って遊びましょう。

※上靴を持参ください。
※事前申し込み不要。

- 親子講座 講演「野菜のお話」
 - ・とき 7月7日(火) 10:30~11:15
 - ・ところ 市民文化センター
 - ・内容 親子で野菜の栄養やおいしさについて学びましょう。
 - ・講師 佐竹 初枝氏

※事前申し込みが必要です。



- 親子遊びの広場「身体測定(2回目)」

- ・とき・ところ
 - 【0歳児】7月15日(水) 10:00~11:30
駅前交流プラザ「よろーな」
 - 【その他】7月14日(火) 10:00~11:30
市民文化センター
- ・内容 身長・体重を測って手形をとります。
※事前申し込み不要。
- 親子遊びの広場「人形劇鑑賞」
 - ・とき 7月21日(火) 10:30~11:10
 - ・ところ 市民文化センター
 - ・内容 名寄市立大学短期大学部の今野道裕先生が楽しい人形劇を見せてくれます。

※事前申し込み不要。



「おやこマヤ」

(名寄大谷認定こども園内 ☎01654⑧7711)

- 利用案内
 - ・親子遊びの広場 毎週火~金曜日 9:00~10:30
 - ・絵本の貸し出し 毎週火~金曜日 9:00~10:30
 - ・休園日 毎週月曜日
- 親子遊びの広場「身体測定(2回目)」
 - ・とき 6月17日(水) 9:00~10:30
※日程が変更になる場合があります。
詳細は問い合わせください。
 - ・ところ 名寄大谷認定こども園2階ゆうぎ室
 - ・内容 身長・体重を測って、手形をとります。