



〒061-3216 石狩市花川北6条1丁目

- 健康づくり課  
健康推進担当 TEL 72-6124  
保健サービス担当 TEL 72-3124  
ケアサービス担当 TEL 72-6124
- 福祉生活課 TEL 72-7017

\* 場所は、明記されていない場合はすべてりんくるです。

※年齢により日時が違います。  
持ち物 母子手帳、歯ブラシ  
問合せ 保健サービス担当

### ■こども発達相談

就学前のお子さんの育児について、お子さんと一緒に遊びながら相談・アドバイス。

日時 10/12(火) 10:00～15:00  
担当 発達相談員、保健師  
申込・問合せ 10/8(金)までに保健サービス担当まで電話予約。

### ■成人健康相談

生活習慣病や健診結果が心配な方の相談に保健師・栄養士が応じます。更年期障害など女性特有の不安・悩みにも応じます。個室での相談をご希望の方はお申し出ください。

日時 10/13(水) 10:00～11:30  
申込 前日までに保健サービス担当まで。

### ■乳幼児健康相談

お子さんの発育、離乳食、育児などの相談を保健師・栄養士がお受けします。なお、会場を開放していますので、保護者の方同士の交流の場としてもぜひご利用ください。申込不要。

日時 10/4(月) 10:00～11:30

持ち物 母子手帳

問合せ 保健サービス担当

### ■歯科検診

フッ素塗布の間隔は6カ月空けましょう(1歳半、3歳児健診でもフッ素塗布をします)。

対象 歯が生えてから4歳0カ月前後のお子さん

日時

10/6(水) 0、1、3歳代 10:00～11:00

10/22(金) 2、4歳代 13:00～14:00

## 高齢者のインフルエンザ予防接種のお知らせ

問合せ 健康推進担当

インフルエンザは、普通の風邪と比べて、高熱、全身症状が現れます。特に高齢者が罹患した場合には、肺炎等の合併症を引き起こす確率が高く、重症化する場合があります。接種を希望される方は早めに受けることをおすすめします。

#### 対象者

- 市内に居住する65歳以上の方(右記の接種期間中に65歳になった方も対象)
- 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器機能に重度の障がいがある方(身障1級程度)

#### 接種期間

平成16年10月15日～平成17年1月31日  
※上記以外は公費負担の対象になりません

#### 接種回数

公費負担で接種できるのは1回までです。

#### 接種場所

下記医療機関(あらかじめ電話等で予約されることをおすすめします)

いしかり脳神経外科クリニック	花川北6-1	☎71-2333
石狩幸徳会病院	花川北7-2	☎71-2855
石狩病院	花川北3-3	☎74-8611
石狩南病院	花川南3-5	☎73-2111
石狩湾耳鼻科	花川南8-1	☎75-1187
鎌田内科クリニック	花川北2-5	☎74-7121
佐々木整形外科医院	花川南8-3	☎73-1233
上西外科クリニック	花川南2-3	☎73-2581
立石クリニック	花川北6-2	☎72-4711
土居耳鼻咽喉科医院	花川北3-3	☎74-5888
花川病院	花川南7-5	☎73-5311
はまなす医院	花畔4-1	☎64-6622
茨戸病院	花川東128-14	☎74-3011
福島医院	花川北2-2	☎74-3221
ふるかわ内科	花川南7-1	☎73-7776
ふれあいクリニック	花川南10-3	☎72-2882
みやのした小児科クリニック	花川南9-1	☎74-0415
三好医院	花川南3-5	☎74-0333
わがつま小児科	花川南2-2	☎73-8282

自己負担額  
1,000円



#### ●予防接種を受けることができない方

- ・発熱のある方
- ・重い急性疾患にかかっている方
- ・インフルエンザ予防接種に含まれる成分によって、アナフィラキシー(30分以内に起こるアレルギー)を起こしたことがある方
- ・その他、医師が不適当な状態と判断した場合

#### ●予防接種を受けるに前に担当医師との相談が必要な方

- ・心臓病、腎臓病、肝臓病や血液などの慢性的な病気で治療を受けている方
- ・以前のインフルエンザの予防接種時に、2日以内に発熱、発疹、じんましんなどのアレルギーと思われる異常が見られた方



## ■子育て広場・離乳食教室

親子遊びの紹介や絵本の読み聞かせ、座談会をします。3回目は離乳食教室です(試食有り)。

近所にお友達がいない、初めての子育てで遊び方が分からないという方、ぜひおいでください!

**対象** 5～7カ月のお子さんと保護者の方

**日時** 11/8、15、22(すべて月曜) 13:30～15:00

**持ち物** バスタオル・ミルク・おむつなど普段出かける時の持ち物、母子手帳

**定員** 20組(先着順)

**申込** 10/29までに保健サービス担当まで。

※上のお子さんを連れてくる方で託児希望の場合は申し込み時にご相談ください。

## ■高齢者の健康教室「おげんき塾」

近隣の人達との交流を深め、楽しく体と頭を動かす集いです。体力や人付き合いに自信のない方も安心してご参加ください。

**対象** おおむね65歳以上の市民

**内容** 軽体操、レクリエーション、健康についての講話

**日時** 10/29から月2回程度(全10回) 金曜日の午前中

**場所** わかば会館(花川北4-3)

**定員** 20人(応募多数時選考)

**申込締切** 10/22(金)

**申込・問合せ** ケアサービス担当

## ■作業療法コース【料理】

**対象** 脳血管疾患や難病などで身体機能に障がいがあり在宅で生活している方、障がいや加齢などにより閉じこもりがちの方、一人での外出が困難な方

**内容** フライパンで焼くパン(予定)

**日時** 11/10(水) 10:00～12:30

**費用** 250円

その他:必要な方にはりんくるまでの送迎があります

**申込・問合せ** ケアサービス担当

## ■ふれあい雪かき運動助成金交付

市では高齢または体が不自由で除雪できない方の住宅等の除雪をボラ

ンティアで行う町内会等に助成金を交付しています。

**助成額** ①組織維持費として1世帯1シーズン20,000円 ②活動費として1世帯1シーズン4,000円 ③事業を実施する初年度に限り準備費として50,000円

**申込・問合せ** 福祉生活課

## ■除雪サービス

市では65歳以上で自力で除雪できない方や、身体障害者手帳1、2級に該当する方のみで構成される世帯を対象に玄関先から公道までの雪と、窓際にたまった雪を取り除くサービスを行っています。(1シーズンに利用できる時間に限りあり)

ただし、市内に除雪を援助してくれる近親者がいる方、出入口をほかの世帯と共有する共同住宅に入居している方、義務教育を終えたお子さんがいる方は対象外です。

また、所得税の課税状況に応じて自己負担額がある場合があります。

**申込・問合せ** 福祉生活課

## ■ボランティアスクール(入門編)

あなたにもできます。身近なボランティア探しをしてみませんか。

**対象** ボランティアに関心のある方(年齢・性別不問)

**日時** 10/19(火)～21(木) 3日間 9:30～16:00

**内容** 講話と演習/介護技術体験、ボランティア体験、手話体験、バス研修(ガイドボランティアによる史跡と福祉施設訪問)

**受講料** 無料

**定員** 30人

**申込締切** 10/8(金)

**申込・問合せ** 市社会福祉協議会ボランティアセンター ☎72-8341

## ■こころの健康相談(予約制)

【医師・保健師による相談】

不眠・アルコール依存症・統合失調症などの本人や家族のご相談に応じます。

**日時** 11/5(金) 13:00～14:00

【臨床心理士による相談】

周囲の人間関係、不登校、引きこもりなどのご相談に応じます。

**日時** 11/9(火) 13:00～14:00

【共通事項】

**場所・申込・問合せ** 江別保健所石狩支所保健指導係 ☎74-1142

## ■やさしい精神保健福祉講座

こころの病についての正しい理解をひろめ、地域で共に支え合ひましょう。

**対象** 精神保健福祉に関心のある市民、ボランティア、民生児童委員等 ※3回とも出席できる方を対象としていますが、1回のみ参加でも構いません。

第1回目	
日時	10月29日(金) 13:00～15:30
内容	講話と話し合い 「こころの病について学ぼう」
講師	○熊谷病院 なかた しゅうへい 中田 秀平 副院長
第2回目	
日時	11月11日(木) 13:00～15:30
内容	講話と交流 「地域で共に生きること」part 1 ～回復者からのメッセージ
講師	○精神障がい回復者
第3回目	
日時	11月19日(金) 13:00～15:30
内容	講話と話し合い 「地域で共に生きること」part 2 ～人と人が支え合うこと
講師	○北海道医療大学看護福祉学部 むかいやち いくよし 向谷地 生良 助教授

**場所** りんくる

**定員** 30人

**費用** 無料

**申込方法** 10月19日(火)までに電話でお申し込みください。

**申込・問合せ** 江別保健所石狩支所 ☎74-1142

