

元気 未来っ子

1歳6か月児

() 内は保護者名
※希望された方を掲載
しています。



武藤なつめちゃん
(拓己)



菊地 けい 慧くん
(和宣)



木下 る あ 月葵ちゃん
(慎五)



松澤 ひかる 光くん
(正典)



小林 あやの 綾乃ちゃん
(孝之)



下地 ゆずは 柚羽ちゃん
(研)



細田 とも は 智羽ちゃん
(和宏)



永洞 もも ちゃん
(大)



中村 げん たろう 源太郎くん
(圭介)

母子健康センター からのお知らせ



インファントマッサージ教室

オイルを使用した赤ちゃんへのマッサージです。お母さんと赤ちゃんの絆を深めます。

時間 午前10時から午前11時30分頃まで
対象 1歳未満のお子さんとお母さん
料金 町内に住所のある方 1,000円
1回 その他の方 2,000円

申込締切
10月13日

11月コース

全4回

11月2日(休)
11月9日(休)
11月16日(休)
11月24日(金)

問合せ／母子健康センター TEL 75-2262 FAX 75-0337

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定し、母子健康手帳の交付を受けるよう言われた方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いします。

また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要となります。個人番号カードをお持ちの方は個人番号カードを、お持ちでない方は通知カードと運転免許証等の写真付きの身分証明になるものをお持ちください。不明な点は、お問い合わせください。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんのことなど困ったときは、いつでもご利用ください。



地域情報カレンダー

(平成29年9月22日現在)

日	曜日	イベント内容
10/1	日	第39回別海町パイロットマラソン 町営陸上競技場 フルマラソン 10:00スタート 5Km 10:45スタート
8	日	第57回 西別川あきあじまつり 別海新港特設会場 10:00～
11	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぱらと 13:30～ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。
11/8	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぱらと 13:30～ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。

社会保険事務相談所開設 10月3日(火) 10月4日(水)
13:00～17:00 9:00～14:00
11月7日(火) 13:00～17:00 11月8日(水) 9:00～14:00 中標津町役場 会議室
※完全予約制となり、事前の予約が必要です。
予約先／釧路年金事務所 TEL0154-61-6000



任意予防接種費用を 助成します

今年度から、生後6カ月から中学3年生の方がインフルエンザの予防接種を受けた場合の費用を一部助成します。

【助成対象者】

・生後6カ月から中学3年生（平成14年4月2日以降生まれ）までの方

【接種回数および自己負担額】

・6カ月から13歳未満は2回接種になります。自己負担額は1回500円です。

・13歳以上中学3年生までは1回接種になります。自己負担額は1回1,000円です。

*自己負担額を差し引いた費用を助成します。

インフルエンザ予防接種開始時期等は、11月号でお知らせします。

問合せ／町民保健センター TEL 75-0359

保健センター からの お知らせ

10・11月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
10月	3	火	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00～11:00
	4	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00～11:00
	5	木	乳 幼 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00～11:00
	12	木	5 歳 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15-9:30/13:15-13:30(受付)
	17	火	離 乳 食 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:30～12:00
	18	水	4 か 月 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	12:50～13:00 (受付)
	19	木	1 歳 6 か 月 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15～ 9:45(受付)
			3 歳 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	13:00～13:30 (受付)
			※午前中に1歳6か月児健診、午後には3歳児健診を予定していますが、予定人数のばらつきにより、午前・午後の呼び出し時間が替わる場合があります。必ず3週間前に発送する案内をご確認ください。		
	24	火	1 歳 3 か 月 歯 磨 き 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:00～11:30
11月	27	金	フ ッ 素 塗 布	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:30-11:30/13:00-15:30
	7	火	離 乳 食 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:30～12:00
	8	水	4 か 月 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	12:50～13:00 (受付)
	9	木	1 歳 6 か 月 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15～ 9:45(受付)
			3 歳 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	13:00～13:30 (受付)
	15	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00～11:00
	16	木	乳 幼 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00-10:00/13:00-14:00
	28	火	1 歳 3 か 月 歯 磨 き 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:00～11:30
	29	水	フ ッ 素 塗 布	西春別ふれあいセンター	10:00～11:30
	30	木	フ ッ 素 塗 布	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:30-11:30/13:00-15:30

- 10月の4か月健診対象者 対象者には個別に通知します ■10月の1歳6か月児健診対象者 平成28年3月生まれのお子さん
 ■10月の3歳児健診対象者 平成26年9月生まれのお子さん
 ■10月の5歳児相談対象者 平成24年8月生まれのお子さん(午前) 平成24年9月生まれのお子さん(午後)

こころの健康相談

町民保健センターでは、
町民を対象に、臨床心理士による
「こころの健康相談」
を行っています。

月～金（予約制）
9:00～17:00

相談は
無料
です

誰かに話すことで気持ちが
楽になったり、考えが整理されたり
することがあるはずです。
お気軽にご相談ください。

こんなことで悩まれている方はいませんか？

- この頃気分が落ち込んで元気が出ない
- 最近なぜか不安でたまらない
- 家族や友人にこころの病気と言われたけど、本当に病気かな？
- 家族や職場の悩みを誰かに相談したい など

困ったときの相談窓口～かけがえのない命を守るために～

■死にたい気持ちについての相談窓口

- ・北海道いのちの電話 011-231-4343 (24時間対応)
- ・旭川いのちの電話 0166-23-4343 (24時間対応)
- ・自殺予防いのちの電話 0120-738-556 (毎月10日のみ8:00～24時間)

※ご本人ではなくても相談できます。

※相談の際、自分の名前は教えなくても大丈夫です。

■借金・多重債務についての相談窓口

- ・法テラス 0570-07-8374 [9:00～21:00(月～金)／9:00～17:00(土)]
- ・多重債務相談窓口 011-807-5144 [9:00～17:00(月～金)]

■ひきこもり・自死遺族・その他メンタルヘルスについての相談窓口

- ・別海町傾聴ボランティア「みえるの会」
中河 090-1640-8797 佐藤 080-5584-3906

※個人情報・秘密は守られます。

■予約先・相談場所 町民保健センター母子保健担当 TEL75-0359
すでに精神科・心療内科通院中の方は、主治医の了解を得てからご予約ください。

10月の診療案内

受付時間(午前)8:15 ~ 11:00
(午後)0:30 ~ 3:00
診療開始(午前)9:00 ~
(午後)1:30 ~

病院敷地内は
全て禁煙です。

町立別海病院
☎(代表)75-2311
<http://betsukai.jp/blog/bhp/>



診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備 考
内 科 院長 西村進 名誉院長 今村洋 内科医長 鈴木英雄	午 前	今 村 西 村	鈴 木	今 村 西 村	西 村 鈴 木	今 村 鈴 木	- 血液、免疫、リウマチ専門外来を金曜日午後(西村院長 予約制)実施していますので、詳しくはお問い合わせください。 - 健康診断は4月から予約制となっております。ご迷惑をおかけしますが、お電話か、受付窓口へお申し込みください。 - 夜間診療時の健診は行いませんので、ご注意ください。
	午 後	鈴 木	西 村	内科医	今 村	内科医 西 村 (予約制)	
	夜間診療	—	—	西 村	—	—	
外 科 外科医長 中島太 外科医長 山田能之	午 前	中 島	山 田	中 島	中 島	中 島	- 整形外来の診療日については下記記事をご確認くださいませようお願いします。 - 外科診療については、緊急手術実施の際は休診または診療体制変更の可能性がありますので、あらかじめご了承ください。 - 肛門外来(月曜午後、火曜午前、金曜午後)を実施しています。
	午 後	山 田	手術日 休診	山 田	手術日 休診	山 田	
産 婦 人 科 副 院 長 山内修	午 前	山 内	山 内	山 内	山 内	山 内	午後の診察については、検査が入るとお待たせする場合がありますのでご了承ください。
	午 後	山 内	—	—	山 内	—	
小 児 科 小児科医長 木田和宏	午 前	木 田	木 田	木 田	木 田	木 田	火、木曜の予防接種については曜日ごとに接種内容が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。
	午 後	木 田	予防接種	木 田	予防接種	木 田	
精神科・心療内科 医 師 浮田充	午 前	—	浮 田	—	浮 田	—	- 原則予約制ですので、受診については事前にお問合せください。 - また、電話での予約変更およびお問い合わせ(初診も含む)は、火曜(午前、午後)、水曜(午後)、木曜(午前、午後)の診療日にお掛けください。 - 患者様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
	午 後	—	浮 田	浮 田	浮 田	—	
	夜間診療	—	—	浮 田	—	—	

●出張医による診療科

診 療 科	日付	時間	担当医師
皮膚科	6日(金)	午前 午後	箕輪 智幸 医師 (札幌医大)
	20日(金)	午前 午後	井上 夕菜 医師 (札幌医大)
耳鼻いんこう科	10日(火)	午前 午後	高野 賢一 医師 (札幌医大)
	11日(水)	午前	
	23日(月)	午前 午後	長屋 朋典 医師 (札幌医大)
	24日(火)	午前	
神経内科	19日(木)	午後	たち 館 延忠 医師

※出張医による診療科は、天候・交通機関等の都合により休診および時間変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

診 療 科	日付	時間	担当医師
膝・整形外科	2日(月)	午前 午後	新庄 琢磨 医師
肩・整形外科	19日(木)	午前	北山聡一郎 医師
	20日(金)	午前 午後	
腰・整形外科	23日(月)	午前 午後	徳永 茂行 医師

禁煙外来からのお知らせ

禁煙外来を毎週水曜日午前に**予約制**にて実施しています。
詳しくはお問い合わせください。
TEL 0153-75-2311(代表)
Eメール kin-en@hp.betsukai.jp