

平成30年度我が家の健康づくりガイド **保存版**

④の事業は、場所が健康管理センターです。

～妊婦さん・子どもの健康について～

④♥妊娠届出・母子健康手帳交付

妊娠した方は、すみやかに妊娠届出をし、母子健康手帳の交付を受けましょう。交付を受ける際は、事前にご連絡願います。



時間	内容	持ち物
午前9時～ 午後5時まで	○母子健康手帳の交付と健康相談 ※交付には40分程度の時間がかかります。	印鑑

④♥妊婦一般健康診査

母子ともに健康な妊娠期を過ごし、安全な出産を迎えるために、必ず妊婦健診を定期的に受けましょう。一部公費で受けられる妊婦一般健康診査受診票を発行しています。

◆予防接種

④●集団接種について

ワクチン	対象	実施月日	受付時間
BCG	生後5～8か月	乳児健診日	午後1時10分～1時15分

●個別接種 … 2日前までに、予約してください。

ワクチン	対象	場所・時間等
ヒブ(インフルエンザ菌b型) 小児肺炎球菌ワクチン B型肝炎ワクチン	生後2か月～5歳未満 生後1歳未満	<場所> 広尾ファミリークリニック 住所：東1条14丁目 電話：2-2700 <時間> 診療時間内 ○ワクチン優先外来 水曜日(11時～11時30分) 木曜日(16時～16時30分)
四種混合 不活化ポリオ 水痘(水ぼうそう)	生後3か月～7歳6か月未満 生後1歳～3歳未満	
麻しん・風しん(MR混合)	第1期 生後1歳～2歳未満 第2期 5歳～7歳未満で平成31年度に 小学校へ就学する児	
日本脳炎	第1期 生後6か月～7歳6か月 第2期 9歳以上13歳未満	

④◆乳児健診

実施日時	3～4か月	6～7か月	10～11か月	受付時間
4月24日(火)	H29年12月生	H29年9月生	H29年5月生	午後1時15分～1時30分
5月22日(火)	H30年1月生	H29年10月生	H29年6月生	
6月19日(火)	H30年2月生	H29年11月生	H29年7月生	
7月24日(火)	H30年3月生	H29年12月生	H29年8月生	
8月21日(火)	H30年4月生	H30年1月生	H29年9月生	
9月11日(火)	H30年5月生	H30年2月生	H29年10月生	
10月16日(火)	H30年6月生	H30年3月生	H29年11月生	
11月13日(火)	H30年7月生	H30年4月生	H29年12月生	
12月11日(火)	H30年8月生	H30年5月生	H30年1月生	
1月22日(火)	H30年9月生	H30年6月生	H30年2月生	
2月19日(火)	H30年10月生	H30年7月生	H30年3月生	
3月12日(火)	H30年11月生	H30年8月生	H30年4月生	

④◆1歳6か月児・3歳児健診

実施日時	1歳6か月	3歳児	受付時間
4月17日(火)	H28年7月生・8月生	H27年1月生・2月生	<1歳6か月児> 午後1時10分～1時20分 <3歳児> 午後1時20分～1時30分
6月12日(火)	H28年9月生・10月生	H27年3月生・4月生	
8月7日(火)	H28年11月生・12月生	H27年5月生・6月生	
10月2日(火)	H29年1月生・2月生	H27年7月生・8月生	
12月4日(火)	H29年3月生・4月生	H27年9月生・10月生	
2月5日(火)	H29年5月生・6月生	H27年11月生・12月生	

※「フッ素塗布」を1歳6か月児健診・3歳児健診の際に対象児(希望者)にあわせて実施します。

～相談・教室など～

④◆毎週月曜日は「健康相談」・「すくすく相談」

時間	内容
午後1時30分～3時30分	○健康相談、血圧測定、栄養相談、お口のケア等 ○子育てや発達に関してなど、お気軽にご相談ください。

◆こころの健康相談

時間	場所	内容
奇数月 第3金曜日	帯広保健所広尾支所	こころの健康に関する相談など。 ※予約制です。電話：2-2191

※個人の秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

④◆ハッピー・マタニティ

対象	実施月日		
○妊婦 ○2日目はパパも対象です。	5月11日(金) 5月16日(水)	9月7日(金) 9月12日(水)	1月25日(金) 1月30日(水)

※受付時間は、広報をご覧ください。

④◆ぴよママサロン

対象・時間	実施月日		
1～3か月の乳児を持つ母親 ※受付時間：午前9時45分	6月8日(金)	10月12日(金)	2月15日(金)

◆歯科健診・フッ素塗布

対象：1歳～就学前までのお子さん
※町内の歯科医院受診の際は、受診券・母子手帳をご持参ください。
※1歳6か月児・3歳児健診対象児には、健診日に実施します。歯ブラシをご持参ください。

④◆子ども料理教室

実施日時	対象	時間	参加費	申込締切
平成30年7月26日(木)	小学校1～6年生	午前9時45分から	300円	7月12日(木)
平成31年1月10日(木)				12月27日(木)

④◆“食で元気” 健活キッチン

実施日時	対象	時間	参加費	申込締切
平成30年8月30日(木)	料理に興味のある方	午後6時30分から	500円	8月23日(木)
平成31年2月28日(木)				2月21日(木)

④◆おやじのための料理教室

実施日時	対象	時間	参加費	申込締切
平成30年4月26日(木)	料理をしている男性 料理を学びたい男性	午前10時から 午後1時まで	500円	4月23日(月)
平成30年6月28日(木)				6月25日(月)
平成30年10月25日(木)				10月22日(月)
平成30年12月13日(木)				12月10日(月)

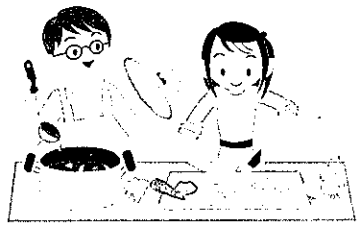
◆高齢者肺炎球菌ワクチン接種

対象者	料金	場所
接種時65歳以上で受けたことが無い方	接種費用から、4,000円助成します。	広尾町・大樹町の医療機関

◆献血

月日	時間	場所	
5/24(木)	9:50～11:50	西4条7丁目	役場 前
	13:00～14:20	並木通東1丁目	警察署 前
	15:00～16:00	豊似市街	広尾町農村環境改善センター前
10/10(水)	9:50～11:30	並木通西3丁目	釧路トヨタ 前
	13:00～14:20	並木通東1丁目	警察署 前
1/31(木)	9:50～11:30	西4条7丁目	役場 前
	13:00～14:00	公園通南4丁目	広尾町健康管理センター前
	14:40～16:00	豊似市街	広尾町農村環境改善センター前

〈お問い合わせ〉健康管理センター TEL2-5122 FAX2-5297
http://www.town.hiroo.lg.jp/



～各種検(健)診(2)～

※脳ドック・がんドック以外の健診は、70歳以上の方
(肺がん検診は65歳以上)と生活保護の方は無料です。

◆子宮・乳がん個別検診

帯広の病院で、子宮がん・乳がん検診が受けられます。

実施期間	実施機関	対象	検診内容	料金	申込先
平成30年 4月～12月	○帯広厚生病院 ○帯広協会病院 ○北斗病院 (乳がん検診のみ)	<子宮がん> 20歳以上の女性	<子宮がん> 子宮頸部細胞診、 子宮体部がん検診(必要者)	<子宮がん> 2,100円 (体部がん検診は 1,300円追加)	健康管理センターまで 申込みください。 受診券を発行します。
		<乳がん> 40歳以上の女性	<乳がん> マンモグラフィ	<乳がん> 2,300円	

◆骨粗しょう症(個別)検診

実施機関	実施期間	対象者	料金
広尾町国保病院	通年(外科外来診療時間)	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	700円

◆いきいきドック

実施期間	実施機関	対象者	料金・内容・申込期間
平成30年6月～ 平成31年2月	広尾町国保病院 電話：2-3111	35歳以上の町民	<料金> ○国保被保険者 7,000円(40～74歳) ○国保以外の方 18,000円 <内容> 特定健診、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、心電図、 腹部エコー等 <申込期間> 平成30年5月7日～平成31年1月31日
<追加検診> ○骨粗しょう症検診(40～70歳の女性 5年に1回) 700円 ○眼底検査 400円 ○前立腺がん検診(50歳以上の男性) 1,000円 ○血圧脈波検査 300円			

◆巡回ドック

実施日	受付時間	実施場所・対象者
10月22日(月)	午前8時 ～10時30分	実施場所：農村環境改善センター(豊似) 対象：35～74歳の国保被保険者(特定健診受診券をお持ちの方)、 75歳以上の方

※料金、申込期間等詳しくは、広報等でお知らせします。

◆脳ドック

対象者	実施機関	申込期間
年度内40歳以上の町民で、 過去2年町の脳ドックを受けていない方	北斗病院 帯広厚生病院	4月9日(月)～4月13日(金) ※年1回のみ

※料金等詳しくは、広報等でお知らせします。

◆がんドック

実施機関	対象者	料金	申込先
北斗病院	40歳以上(年度内)の 町民	63,000円(通常68,000円ですが、業務委託を行いますので、5,000円引きとなります)	健康管理センター

◆乳がんPET

実施機関	対象者	料金	申込先
北斗病院	30歳以上(年度内) の女性	20,000円(通常25,000円ですが、業務委託を行いますので、5,000円引きとなります) がんドックのオプションなら、さらに20,000円が 16,000円になります。	健康管理センター

⑦◆大腸がん(個別)検診

実施期間	対象者	申込・提出先	申込期間	料金
通年	35歳以上の町民	健康管理センター	平成30年4月 ～平成31年2月	600円

◆成人歯科検診

対象者	実施場所	料金	申込先
20歳以上の町民	町内歯科医院で個別受診	500円	直接歯科医院へ

◆風しん抗体検査

対象者	実施機関	申込先
妊娠を望む50歳未満の女性と、同居する夫	広尾町国保病院	健康管理センター

～各種検(健)診(1)～

※脳ドック・がんドック以外の健診は、70歳以上の方
(肺がん検診は65歳以上)と生活保護の方は無料です。

◆がん検診・特定健診

検診月日	場所	受付時間 (30分毎の受付)	申込期間
6月2日(土) ～4日(月)	健康管理センター	6:00～10:00	4月16日(月)～5月11日(金)
6月5日(火)	農村環境改善センター	6:30～10:00	
1月20日(日) ～21日(月)	健康管理センター	6:30～10:00	11月27日(火)～12月21日(金)

検診項目	対象	検診内容	料金
特定健診	40歳以上国保加入者、75歳以上の方 生活保護世帯の方	血液検査、尿検査等	無料
	30～39歳国保加入者		1,000円
胃がん検診	35歳以上	胃バリウム検査	1,000円
肺がん検診	35歳以上 ※65歳以上無料	胸部X線検査(必要者のみ 喀痰検査)	300円
大腸がん検診	35歳以上	便潜血反応検査	600円
前立腺がん検診	50歳以上男性	血液検査	1,000円
肝炎ウイルス検診	40～70歳の必要者	血液検査	700円
エキノコックス症検診	小学校3年生以上で過去4年エキノコックス 症検診を受けていない方	血液検査	無料

◆エキノコックス症検診

検診月日	対象	料金
6月3日(日)・5日(火) 9月2日(日)、1月20日(日)	小学校3年生以上で過去4年エキノコックス症検診を受けていない方	無料

※特定健診・がん検診と同日実施。

⑦◆レディース検診

女性だけが受診できます。国保特定健診、各種がん検診、婦人科検診が一度に受けられます。

検診月日	内容	申込期間
9月2日(日)	子宮がん検診、乳がん検診、胃がん検診、肺がん検診、 大腸がん検診、国保特定健診、骨粗しょう症検診、 肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診等	7月18日(水)～8月10日(金)

※受付時間、料金、対象など詳しくは、広報等でお知らせします。

⑦◆子宮がん・乳がん検診(同日実施)

検診月日	受付時間	対象	検診内容	料金	申込期間
6月21日(木)	8:30～9:00	<子宮がん> 20歳以上の女性	<子宮がん> 子宮頸部細胞診、 経膈エコー検査(希望者)	<子宮がん> 1,600円 (経膈エコー検査は 1,030円)	5月8日(火) ～ 5月31日(木)
	9:00～9:30	<乳がん> 40歳以上の女性	HPV検査 (おおむね25～60歳の希望者)	HPV検査は 4,890円	
	9:30～10:00		子宮体部がん検診(必要者)	体部がん検診は 500円追加)	
	12:30～13:00 13:00～13:30	<骨粗しょう症> 40～70歳の女性	<乳がん> マンモグラフィ <骨粗しょう症> 骨密度測定	<乳がん> 2,000円 <骨粗しょう症> 700円	

⑦◆乳がん検診

検診月日	受付時間	対象	検診内容	料金	申込期間
2月8日(金)	9:00～9:15 10:00～10:15 12:30～12:45 13:15～13:30	40歳以上 の女性	マンモグラフィ	2,000円	12月19日(水) ～1月17日(木)

※子宮・乳がん検診は、2年に1度の検診となります。医療機関で治療中又は経過観察の方及び平成29年度に
町の子宮・乳がん検診を受診された方は対象外となります。

※平成29年度より、乳がん検診はマンモグラフィのみの検査となりました。