

13 育児と健康

母と子の健康

☎ 保健福祉課（湧別庁舎） ☎5-3765

●妊娠したら～母子健康手帳と妊婦健康診査の受診票の交付を受けましょう。

種別	対象者	内容	備考
母子健康手帳交付	妊婦	母子健康手帳を交付します。	母子健康手帳は妊娠、出産の経過や、小学校に入学するまでの、母子の健康状態などを記録します。
出産準備金		妊婦1人につき10万円を支給します。	本町に住所を有し、出産を予定している妊婦が対象です。ただし、生活保護法による保護受給者は除きます。
妊婦健康診査		妊婦健康診査受診票（一般健康診査用14枚、超音波検査用6枚）を交付します。	受診票は母子健康手帳と一緒にお渡しします。北海道内の医療機関で受診票を使うと無料で受診できます。※道外の医療機関で受診した場合は、後日払い戻します。
妊婦訪問		体調確認、出産・育児についてご説明します。	全ての妊婦が対象です。
育児体験	妊婦、家族	妊婦体験、赤ちゃんのお風呂の入れ方をご説明します。	保健福祉センターで随時行います。希望する方は事前にご連絡ください。

●お子さんが生まれてから～各健診等の対象者には個別にご案内します。（乳幼児相談とフッ素塗布事業を除く）

種別	対象者	内容
赤ちゃん訪問	生後1カ月前後	発達・発育状態確認、育児相談、町の保健事業紹介
乳幼児相談	乳幼児	中湧別子育て支援センター、子育て支援センターたんぽぽで育児・栄養相談、身体計測などを行います。
先天性股関節脱臼検査	3～4カ月児	受診票を発行し、指定の医療機関で検査を受けていただきます。（診察、必要時レントゲン撮影）
3・4カ月児健康診査	おおむね生後4カ月児	身体計測、問診、医師診察、保健指導、栄養指導
6・7カ月児健康相談	6～7カ月児	身体計測、問診、栄養指導、保健指導
9・10カ月児健康診査	おおむね生後10カ月児	身体計測、問診、医師診察、保健指導、栄養指導、歯科保健指導
1歳6カ月児健康診査	1歳6カ月児	身体計測、問診、医師診察、歯科健診、歯科保健指導、保健指導、栄養指導、フッ素塗布
2歳児健康相談	2歳～2歳1カ月児	身体計測、問診、歯科保健指導、栄養指導、保健指導
3歳児健康診査	3歳児	尿検査、問診、身体計測、医師診察、歯科健診、歯科保健指導、保健指導、栄養指導、フッ素塗布
5歳児健康診査	5歳児（年中児）	身体計測、問診、視力検査、医師診察、歯科健診、歯科保健指導、保健指導、栄養指導、発達相談、フッ素塗布
フッ素塗布事業	1歳～就学前児	歯科健診、フッ素塗布、ブラッシング指導

●不妊治療費の助成

【対象者】法律上の婚姻をしているご夫婦で、ともに本町に住所を有する方

種別	対象となる治療内容	助成内容	申請方法
一般不妊治療	医師が必要と認めた不妊治療（特定不妊治療を除く）に係る検査および治療	年度間（4/1～翌年3/31）自己負担額のうち上限5万円。期間制限なし。	治療を受けた日の属する年度内に申請してください。
特定不妊治療	体外受精および顕微授精（男性不妊治療を含む）	自己負担額（北海道の助成金がある場合は、それを差し引いた残額）のうち1回の治療につき上限額は15万円。所得制限、回数・年齢制限なし。	1回の治療終了毎に（道の助成を受ける場合は、道助成決定通知書の受理後）速やかに申請してください。

※不妊治療費助成事業に関する手続きや相談は、プライバシー保護のため個別で行います。

なお、希望があれば保健師がご自宅に訪問し、相談に応じることもできますのでご相談ください。

●予防接種

【個別接種】日程等は、赤ちゃん訪問や乳幼児健診等でお知らせします。

予約制ですので、接種希望日の2週間前までにお申し込みください。

種別	対象年齢	接種回数	接種医療機関	
B型肝炎	生後1歳未満	1回目から27日以上の間隔をおいて2回目を接種後、1回目から139日以上を経過した後に3回目を接種 （標準的な接種期間：生後2ヵ月で1回、3ヵ月で1回、7～8ヵ月で1回）	遠軽厚生病院	
小児用肺炎球菌	数が異なり 最初に受ける 月齢によっ て接種回	生後2ヵ月～7ヵ月未満		4回
		生後7ヵ月～1歳未満		3回
		1歳～2歳未満		2回
		2歳～5歳未満		1回
インフルエンザ菌b型（ヒブ）	生後2ヵ月～7ヵ月未満 生後7ヵ月～1歳未満 1歳～5歳未満	生後2ヵ月～7ヵ月未満		4回
		生後7ヵ月～1歳未満		3回
		1歳～5歳未満		1回
四種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ）	生後3ヵ月～7歳6ヵ月未満 ※三種混合・ポリオを接種した方は必要ありません。	・初回接種：20日～56日までの間隔で3回 ・追加接種：初回接種後、1年～1年半後に1回		
BCG	生後1歳未満	1回		
はしか ふうしん 麻疹・風疹混合ワクチン（MR1期）	1歳～2歳未満	1回		
みずぼうそう 水痘	1歳～3歳未満	2回		

種 別	対象年齢	接種回数	接種医療機関
日本脳炎1期	生後6ヵ月～7歳6ヵ月未満	<ul style="list-style-type: none"> ・初回接種：6日～28日の間隔をあけ2回（標準的な接種期間：3歳から4歳未満） ・追加接種：初回接種後、6ヵ月以上あけて1回（初回接種後おおむね1年経過した時期） 	遠軽厚生病院（※）

※小学生以上の方は、曽我病院またはゆうゆう厚生クリニックとなります。

【集団接種】 対象者には個別にご案内します。

種 別	対象年齢	接種回数
麻疹・風疹混合ワクチン（MR2期）	5歳～7歳未満であって、小学校就学前の1年間の間（幼稚園・保育所の年長児）	1回
二種混合（ジフテリア・破傷風）	小学6年生	1回
子宮頸がん予防ワクチン	小学6年生～高校1年生の女子	3回

予防接種の助成

☎ 保健福祉課（湧別庁舎） ☎5-3765

種 別	助成対象者（接種回数）	助成額
定期の予防接種	<p>（1）里帰り出産等のため、長期にわたり町外に滞在する場合 （2）入院や施設入所、その他特別に認めた場合 ※「定期の予防接種」とは、予防接種法で定める、ジフテリア・百日咳・急性灰白髄炎・麻疹・風疹・破傷風・結核（BCG）・Hib感染症・小児肺炎球菌・水痘・日本脳炎・B型肝炎をいいます。 ※里帰り先で予防接種を受ける場合は、事前に申請をして、予防接種依頼書の交付を受けてください。</p>	全額助成
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	1歳～未就学児（1回）	
ロタウイルス胃腸炎（1価）	生後6週～24週未満（2回）	
ロタウイルス胃腸炎（5価）	生後6週～32週未満（3回）	
インフルエンザ	<p>（1）1歳以上13歳（中学1年生）未満 （2）13歳（中学1年生）以上15歳（中学3年生）以下 （3）16歳（高校1年生）以上18歳（高校3年生）以下 （4）65歳以上 （5）60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、もしくは呼吸器機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある方（障害者手帳をお持ちの方） （6）身体障害者手帳の1級から3級までに該当する19歳以上65歳未満の方</p>	<p>（1）（2）全額助成 （3）～（6）1回1,700円を助成 【助成回数】 （1）2回 （2）～（6）1回</p>
肺炎球菌ワクチン	<ul style="list-style-type: none"> ・65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満の方のうち、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病、慢性腎不全、肝臓病、脾臓摘出者など、肺炎球菌感染による危険度が高く、主治医が予防接種を受けることが必要と認めた方 ・身体障害者手帳の1級から3級までに該当する2歳以上65歳未満の方 	1回3,000円を助成（1人1回を限度）

●特定健診・がん検診

種 別	対象者	内 容	個人負担額	
			74 歳以下の方	75 歳以上の方
湧-30健診	19 歳~29 歳の方	問診、身体計測（腹囲含む）、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図、眼底検査、診察	1,500 円	—
特定健診	30 歳以上の方		1,500 円	800 円
胃がん検診	30 歳以上の方	胃部エックス線撮影（間接撮影）	1,000 円	500 円
大腸がん検診		便潜血2日法	300 円	200 円
肺がん検診		胸部エックス線撮影	200 円	100 円
かくだん 喀痰検査		喀痰検査	300 円	200 円
ヘリカルCT検査 （肺がん検診）	40 歳~74 歳の方	胸部CT検査	4,000 円	—
前立腺がん検診	50 歳以上の男性	血液検査	400 円	200 円
乳がん検診	40 歳以上の女性	マンモグラフィ検査	1,200 円	600 円
子宮がん検診	20 歳以上の女性	頸部	1,000 円	500 円
		超音波	500 円	500 円

※社会保険加入者の皆さんは、職場で行う事業所健診を受診することが前提となりますが、なんらかの理由により事業所健診を受診できなかった方は全額自己負担により町の特定健診を受診することができます。

また、社会保険扶養者の方は、保険証と受診券があれば、町の特定健診を受診することができます。

●その他の検診

種 別	対象者	内 容	個人負担額	
			74 歳以下の方	75 歳以上の方
肝炎ウイルス検査 （B型・C型肝炎）	40 歳以上で、これまで肝炎検査を受診していない方	血液検査	400 円	200 円
腹部超音波検査	30 歳以上の方	超音波	1,000 円	500 円
エキノコックス症 検査	・小学3年生 ・中学2年生 ・18 歳以上の方（5年に一度）	血液検査	無 料	

●検診費用の助成

種 別	対象者	内 容	助成額
脳ドック検診	40 歳以上の方 ただし、2回目以降の受診者は前回の受診から5年経過した方	頭部・頸部のエックス線、MRI、MRA等による検査	20,000 円
人間ドック検診	・30 歳~39 歳の方 ・40 歳~74 歳の方 （国保被保険者） ・75 歳以上の方 （後期高齢者医療被保険者）	特定健康診査、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、腹部超音波検査	限度額 16,000 円

●教室・相談

種 別	対象者	内 容	備 考
健康教室	各団体、自治会等	健康講話、血圧測定、調理実習、健康機材による健康測定等	ご希望に合わせて実施します。
健康相談	希望者	健康に関する相談、血圧測定、検尿など	いつでもお待ちしております。
栄養相談		食事や栄養に関する相談	

●食生活改善推進員 ～一緒に活動しませんか～ 食事から健康づくりを！

町では食生活改善推進員の活動を支援しています。（事務局：保健福祉課）

◎食生活改善推進員とは？

食事や健康について学びながら、地域支援活動を行っています。

健康や食事に関する講習会・調理実習のほか、元気まつり（健康まつり）では、ヘルシー料理の試食提供を行っています。健康や食事に興味のある方はどなたでも参加できます。

※詳しくは保健福祉課 健康推進係までお問い合わせください。

病院・診療所

区 分	名 称	住 所	電話番号	診療日・営業時間等
病院・診療所	ゆうゆう厚生クリニック	中湧別中町	2-2185	内科・外科・皮膚科 <内科> 月・水・木曜日 8:30～12:00 13:30～16:30 火曜日（検査日） 10:00～12:00 金曜日 8:30～12:00 <外科> 火・金曜日 13:30～15:30 <皮膚科> 隔週木曜日 8:30～11:00
	曽我病院	中湧別中町	2-2001	内科・小児科・外科・整形外科・皮膚科・泌尿器科 月～金曜日 8:30～12:00 13:30～16:30 土曜日 8:30～12:00
歯科医院	上湧別歯科診療所	上湧別屯田市街地	2-2002	月～金曜日 9:30～18:00
	佐々木歯科医院	中湧別中町	2-2024	月～金曜日 9:00～12:00 14:00～18:00 土曜日 9:00～12:00
	湧別歯科診療所	栄町	5-2248	月～金曜日 9:00～20:00 土曜日 9:00～12:00
薬局	アイン薬局中湧別店	中湧別中町	4-1511	月～金曜日 8:30～17:30
	サカイ薬局	中湧別中町	2-2072	年中無休 月～土曜日 8:15～20:00 日曜日 10:00～19:00

※診療科目・診療時間・休診日等は変更となる場合がありますので、各医療機関等に直接ご確認ください。

AED設置施設～突然死を防ぐために～

心臓や呼吸が止まってしまった人を救うためには、そばに居合わせた人が救命措置をすることが非常に大切です。救急車が到着する時間が遅れてしまうと、心臓や呼吸が止まった人の命が助かる可能性は、その後10分の間に急激に少なくなり、1分1秒を争います。

傷病者（倒れている人など）を発見したら、まず周囲の安全を確認し、呼びかけて反応（意識）を確認して、意識や反応がなければ、①いち早く119番通報（協力者の要請）

②救急車の到着前に早い応急手当（心肺蘇生と除細動＝AED装着）

③救急措置（救急車到着と救急救命士等による早い救急措置）

④医療機関に早く搬送（救命医療）

区分	設置施設名
官公庁	<ul style="list-style-type: none"> ・役場上湧別庁舎（1階ロビー） ・役場湧別庁舎（1階ロビー） ・保健福祉センター（診療室） ・消防署上湧別出張所（玄関ホール） ・消防署湧別出張所（玄関ホール）
文化・観光・集会施設	<ul style="list-style-type: none"> ・文化センターTOM（1階ロビー） ・文化センターさざ波（1階ロビー） ・湧別図書館（玄関ホール） ・ふるさと館JRY（1階ロビー） ・社会福祉会館（1階ロビー） ・上湧別農村環境改善センター（ロビー） ・芭露畜産研修センター（事務室） ・道の駅かみゆうべつ温泉チューリップの湯（休憩室） ・Family愛Land You（事務室） ・宿泊施設レイクパレス（ロビー） ・宿泊施設しらかば（ロビー） ・登栄床地区防災センター（玄関ホール） ・計呂地地区活性化センター（玄関ホール） ・上芭露地区公民館（玄関ホール） ・東研修センター（ホール）
保育所・学校	<ul style="list-style-type: none"> ・上湧別保育所（事務室） ・中湧別保育所、なかよし児童センター（児童センター遊戯室） ・開盛保育所（事務室） ・湧別保育所、児童センター（事務室） ・芭露保育所（事務室） ・上湧別小学校（体育館） ・中湧別小学校（職員室） ・開盛小学校（体育館前） ・富美小学校（職員室前） ・湧別小学校（職員室） ・芭露小学校（職員室） ・上湧別中学校（校務センター前） ・湧別中学校（職員室） ・湖陵中学校（職員室） ・湧別高校（職員室・保健室）
体育施設	<ul style="list-style-type: none"> ・中湧別総合体育館（ロビー） ・湧別総合体育館（ロビー） ・上湧別第2体育館（館内） ・中湧別ゲートボール場（ロビー） ・五鹿山スキー場、パークゴルフ場（ロッジ休憩所） ・上湧別リバーサイドゴルフ場（クラブハウス）
高齢者福祉施設	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者保健福祉センター亜麻の里（事務室）