

## ◎ 歯科相談・フッ素塗布

日時・5月13日(水)、22日(金) 13:15～15:00。

対象・就学前のお子さん。

※フッ素は1歳からの受付となります。

持ち物・母子手帳、歯ブラシ、コップ、タオル。

料金・フッ素 800円。

会場・詳細・保健センター（若草町 6-1）☎ 385-5252



各種がん検診、送迎バス検診などは、「広報えべつ4月号」折込の「江別けんしんだより」をご覧ください。

## ◎ 5月 献血バスひまわり号巡回日程

日 時	場 所
10(日) 9:30～16:30	イオン江別店（幸町 35） ※ 11:30～12:45 は昼休み
18(月)	9:30～10:30 食品加工研究センター（文京台緑町 589-4）
	12:00～13:30 野幌郵便局（野幌町 68-5）
	14:30～16:30 ホクレンショップ元江別店（元江別本町 1-3）
19(火) 10:00～17:00	北海道情報大学（西野幌 59-2） ※ 11:00～12:15 は昼休み



※当日の輸血用血液の在庫状況によっては、400ml献血のみの受付となります。

## 出前健診

40歳から74歳までの方は特定健診を、後期高齢者医療制度加入の方は健康診査を実施します。大腸がん検診・肝炎ウイルス検診も併せて受診できます。受診時には、特定健康診査受診券（後期高齢者医療制度加入者は不要）・保険証を持参してください。

申込期間・5/27(水)～6/18(木)

定員・各50名。先着順。

料金・江別市国保加入者：特定健診 400円、大腸がん検診 200円、  
肝炎ウイルス検診 200円

後期高齢者医療制度加入者：健康診査 400円、  
大腸がん検診 300円、  
肝炎ウイルス検診 300円

それ以外の保険加入者：大腸がん検診 300円、  
肝炎ウイルス検診 300円

※特定健診は加入の保険により異なります。

●70歳以上の方、市民税非課税世帯の方（課税証明等が必要）  
は大腸がん検診・肝炎ウイルス検診が無料です。

検診日	受付時間	場 所
7/4(土)	9:30 ? 11:30	野幌鉄南地区センター（東野幌本町 62-1）
5(日)		文京台地区センター（文京台 7-4）
6(月)		東大麻自治会館（大麻新町 5-8）
8(水)		野幌公民館（野幌町 13-6）
9(木)		野幌公民館（野幌町 13-6）
10(金)		大麻東地区センター（大麻東町 13-11）
11(土)		大麻西地区センター（大麻沢町 26-2）
12(日)		区画整理記念会館（朝日町 11-12）

申し込み・江別市国保・後期高齢者医療制度加入者：国保年金課国保健診係 ☎ 385-4620

それ以外の保険加入者：札幌複十字総合健診センター ☎ 252-5266

詳細・国保年金課国保健診係 ☎ 385-4620

## 休日・祝日当番病・医院（救急・急病）

【診療時間】内科・小児科 9:00～17:00/ 外科系 9:00～翌朝 9:00（■印の医療機関は診療時間が異なります。）

※都合により変更される場合があります。新聞紙上または北海道救急医療情報案内センター（☎ 0120-20-8699、携帯電話からは011-221-8699）、江別市消防本部（☎ 382-5453）、江別医師会のホームページでご確認ください。

月/日	内 科・小 児 科	外 科 系
5/3(日・祝)	□友愛記念病院（内科のみ） 新栄台 46-1 ☎ 383-4124 □あずま子ども家庭クリニック（小児科のみ） 野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
4(月・祝)	□アウル内科クリニック 東野幌本町 2-18 ☎ 383-3456	□野幌病院 野幌町 53 ☎ 382-3483
5(火・祝)	□野幌病院（内科のみ） 野幌町 53 ☎ 382-3483 ■とがし小児科 野幌松並町 25-2 ☎ 385-0150（診療時間 8:30～16:00）	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
6(水・振替)	□たぐち内科クリニック 元町 21-12 ☎ 389-7855	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
10(日)	□江別谷藤病院（内科のみ） 幸町 2 2 ☎ 382-5111 □おおあさ鈴木ファミリークリニック（小児科のみ） 大麻扇町 3 ☎ 386-5303	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
17(日)	■江別市立病院（内科・小児科） 若草町 6 ☎ 382-5151 （診療時間 8:30～17:00）	■江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151 （診療時間 8:30～翌朝 8:30）
24(日)	□はまもと内科クリニック 上江別東町 4-27 ☎ 788-7636	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
31(日)	□内科循環器科白樺通りクリニック（内科のみ） 野幌若葉町 40-11 ☎ 383-7111 □ウルトラ内科小児科クリニック（小児科のみ） 大麻栄町 11-9 ☎ 688-8801	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
6/7(日)	■平賀内科クリニック 野幌東町 26-26 ☎ 382-5989（診療時間 8:30～17:00）	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111

●産婦人科救急夜間相談 ☎ 622-3299【さんぷきゅうきゅう】 札幌市産婦人科救急電話相談（年間全日対応 19:00～翌朝 7:00）

●江別市夜間急病センター ☎ 391-0022（錦町 14-5）内科・小児科（年中無休）診療時間 19:00～翌朝 7:00 受付時間 18:30～翌朝 6:30

## 暮らし



- ▶ **税務相談** (要予約) : 5/20 (水)、6/17 (水) 13:00 ~ 16:00 市民税課 ☎ 381-1012 ※前月の1日から予約受付。
- ▶ **一般相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 市民相談所 ☎ 381-1021
- ▶ **家庭生活悩みごと相談** : 月曜日 10:00 ~ 15:00 総合社会福祉センター ☎ 385-1234、水曜日 10:00 ~ 15:00 にこにこ相談室 ☎ 389-7830 (総合社会福祉センター内)、木曜日 10:00 ~ 15:00 市役所大麻出張所 ☎ 382-4855
- ▶ **悩みごとテレホン相談** : 火・金曜日 10:00 ~ 15:00 総合社会福祉センター
- ▶ **消費生活相談** : 月~木曜日 9:30 ~ 16:30 金曜日 10:00 ~ 16:00 市役所第二別館 2階 江別消費者協会 ☎ 381-1026 金曜日 10:00 ~ 16:00 市役所大麻出張所 江別消費者協会 ☎ 382-4855

## 健康

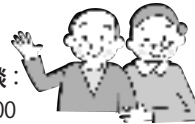
- ▶ **心の健康相談** (要予約) : 5/14 (木) 13:30 ~ 16:00 江別保健所 ☎ 383-2111 ※精神科受診歴のある方は要相談、前日 12:00 まで予約受付。
- ▶ **女性の健康相談** (要予約) : 5/12 (火) 13:30 ~ 15:30 江別保健所 ☎ 383-2111 ※前日 16:00 まで予約受付。秘密厳守。
- ▶ **へるすあつぷ (生活習慣病予防) 相談** (要予約) : 5/11、18、25、6/1 いずれも月曜日 10:00 ~ 12:00 保健センター ☎ 385-5252
- ▶ **親子健康相談** : 5/20 (水) 9:30 ~ 11:00 保健センター ☎ 385-5252
- ▶ **こころと体の健康相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 保健センター ☎ 385-5252

## 子育て・教育

- ▶ **乳幼児の子育て相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 子育て支援センターすくすく ☎ 381-1714
- ▶ **子どもの発達相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 子ども発達支援センター ☎ 385-1015
- ▶ **子育てテレホン相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 12:00 相談室 (教育委員会内) ☎ 384-7005

- ▶ **家庭児童相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 子ども家庭課 ☎ 381-1236
- ▶ **ひとり親・家庭相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 子ども家庭課 ☎ 381-1236
- ▶ **教育相談** (要予約) : 5/12、19、26 いずれも火曜日 10:00 ~ 12:00 少年指導センター (青年センター 2階 サークル室 3) ☎ 384-7830
- ▶ **いじめ・不登校相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 17:00 少年指導センター ☎ 382-4044
- ▶ **子ども電話相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 17:00 少年指導センター ☎ 384-7830
- ▶ **ヤングテレホン** : 月~金曜日 13:00 ~ 17:00 相談室 (教育委員会内) ☎ 383-8009

## 福祉



- ▶ **認知症の悩みごと相談** : 水・木曜日 10:00 ~ 15:00 いきいきセンターさわかち ☎ 387-5657。木曜日 10:00 ~ 15:00 総合社会福祉センター ☎ 389-7830
- ▶ **高齢者総合相談** : 月~土曜日 8:45 ~ 17:15 江別第一地域包括支援センター ☎ 389-4144 月~金曜日 8:30 ~ 17:30、土曜日 8:30 ~ 12:30 江別第二地域包括支援センター ☎ 389-5420。月~土曜日 9:00 ~ 17:40 野幌第一地域包括支援センター ☎ 381-2940、月~金曜日 8:30 ~ 17:00、土曜日 8:30 ~ 12:30 大麻第一地域包括支援センター ☎ 388-5100
- ▶ **精神障がい回復者生活相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 15:00 あすか就労継続支援施設

- ▶ **障がい福祉相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 障がい者支援センター ☎ 802-5004

## 行政・法律

- ▶ **法律相談** (要予約) : 5/14 (木)、28 (木) 13:00 ~ 15:00 市民相談所 ☎ 381-1021 ※申込は、月初め平日初日 8:45 から電話で受付。各相談日先着 5 名。
- ▶ **人権相談** : 5/21 (木) 13:00 ~ 15:00 市民相談所 ☎ 381-1021
- ▶ **行政相談** : 5/28 (木) 13:00 ~ 15:00 市民相談所 ☎ 381-1021。※当日随時受付

### 「6/1 人権擁護委員の日」 特設人権相談所の開設

人権擁護委員が、人権侵害、いじめ、体罰、虐待などの相談に応じます。無料。秘密厳守。申込不要。

【日時】6月1日(月) 10:00 ~ 16:00  
【会場】江別市民会館 2階 23号会議室

## その他



- ▶ **若者就労相談** (要予約) : 1日 4人まで。5/8 (金) 10:00 ~ 16:00 コミュニティセンター
- 5/15、22、29、6/5 いずれも金曜日 10:00 ~ 16:00 野幌公民館。申込・詳細…岩見沢地域若者サポートステーション ☎ 0126-25-0601
- ▶ **犯罪被害者支援** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:15 市民生活課 ☎ 381-1093 ※秘密厳守。

### 人権擁護委員・行政相談委員による無料相談実施中

- \* 人権相談 毎月第3木曜日 13時 ~ 15時
- \* 行政相談 毎月第4木曜日 13時 ~ 15時

いずれも市民相談所

◎人権擁護委員：離婚、相続などに関わる人権侵害やいじめ、体罰、虐待の相談に応じます。  
◎行政相談委員：行政や公共機関などへの苦情、要望、意見を聞き、関係機関に対応を促します。

【詳細】市民相談所 ☎ 381-1021

【人権擁護委員】澤向ミチ子・大麻地区在住 ☎ 387-1275 / 戸来調美・江別地区在住 ☎ 384-8210 / 伝住修一・野幌地区在住 ☎ 385-2432 / 竹中榮一・野幌地区在住 ☎ 382-7106 / 早瀬美知子・大麻地区在住 ☎ 386-4782 / 吉田歌津子・野幌地区在住 ☎ 385-2350 / 支部英孝・江別地区在住 ☎ 382-2806 / 常田京子・江別地区在住 ☎ 382-0956 / 龍本英世・江別地区在住 ☎ 385-2660 / 清水長男・大麻地区在住 ☎ 386-4084 / 平本重徳・大麻地区在住 ☎ 386-3298 / 柏木留美子・野幌地区在住 ☎ 381-4350  
【行政相談員】田原久美子・江別地区在住 ☎ 383-2212 / 小林正枝・野幌地区在住 ☎ 382-1308 / 粕谷堅一郎・大麻地区在住 ☎ 386-0572

## 江別市立病院

今どきの養生ばなし No. 265

### かかりつけ医を持ちませんか？

総合内科 医療相談室長 山田和実

老年医学では、複数の病気や症状が複雑に絡み合って徐々に自立した生活を難しくする病気をまとめて老年症候群とよんでいます。このなかには誰にでも起こりうる老化に伴う症状 (難聴、夕方の視力低下、夜間頻尿、もの忘れ、坂道での息切れなど) と、病気やけがなど病的老化による症状 (狭心症・心筋梗塞・脳梗塞・慢性腎臓病などの合併症、肺性心、肝腎症候群など他臓器疾患、骨粗しょう症、転倒にともなう骨折や圧迫骨折、低栄養、抑うつ、認知症など) が含まれ、高齢者は両方が重複しています。これらのばらばらの症状をそれぞれの専門科で診てもらおうと内科、整形外科、泌尿器科、眼科、皮膚科、耳鼻科、精神科、脳外科・・・と通院が増え、出される薬の数も増えるため、飲み忘れや同じ薬を2回飲んでし

まうという事故も起こりがちです。

そこでかかりつけ医を持つことをお勧めします。信頼でき、何でも相談できる医師をもつことで、さまざまな問題に優先順位をつけて薬の整理・体調管理を一元化することができます。また、かかりつけ医に、今までの医療情報や家族、生活状態を知ってもらっていただければ、急病や事故にあった場合も、救急対応医に診療情報を提供できるためスムーズな連携ができます。気付かぬうちに進行している認知症や呼吸不全、心不全、転倒のリスクなども、かかりつけ医やスタッフが気付いて診断治療につながることも多いのです。

かかりつけ医がいると、生活に支障が出てきたときに介護申請の意見書を書いたり、許可を得て離れて住んでいるご家族と連絡をとったり、担当のケア・マネージャーと連携して生活や療養のサポートを行ったりもできます。元気なうちから、かかりつけ医をもち、いざというときに自分がどのように望んでいるのかを事前に伝えておくことも大切なことです。