



7月10日(火)
10時～12時
大麻体育館集合



大麻地区地域健康づくり推進委員会主催

ノルディックウォーキング 大麻コース

室内で準備運動後、大麻中央公園や東町公園などを歩きます。初心者大歓迎！
9:50 までに直接会場へ、雨天時は体育館内で運動をします。

持ち物 上靴（必須）、履きなれた運動靴、動きやすい服装、両手があくリュック、帽子、汗拭きタオル、バスタオル、飲み物、料金 100 円（傷害保険料含む）

【詳細】 保健センター ☎ 385-5252 FAX 385-8130

江別市国保加入者のミニドック

検査内容は血液検査、尿検査、心電図、胸部X線検査、胃部X線（バリウム）検査、便潜血検査など（ミニドックと短期人間ドック、脳ドック、特定健診は重複して同一年度内に受診は不可）。料金は 2,500 円。30 歳以上の江別市国保加入者。先着 40 名

日時 9月25日(火) 9:00～11:20

会場 市民会館 申込方法 7月23日(月)

～8月17日(金)に電話が直接申込

【申込・詳細】 国保年金課国保健診係

☎ 385-4620

エキノコックス検診

日時 7月20日(金)、21日(土) 6:30～10:30

7月30日(月)、31日(火) 8:00～11:00

対象 小学3年生以上の市民。過去に異常なしの方は5年に1度。無料

【会場・詳細】 保健センター ☎ 385-5252

健康セミナー

「意外に多い女性の尿漏れ ～対策と予防について～」

どなたでも参加できます。申込不要、直接会場へ。無料

講師 皮膚排泄ケア認定看護師 三宅由佳

日時 7月17日(火) 11:00～11:45

会場 市立病院 2階講義室

【詳細】 市立病院看護管理室 ☎ 382-5151

糖尿病教室

7月11日(水) 15:00～16:00

・糖尿病と合併症（二川原総合内科医師）

・外食について（山口管理栄養士）

7月25日(水) 15:00～16:00

・インスリンについて（小松薬剤師）ほか

申込不要、直接会場へ。無料

※8月から、月1回第2水曜日の開催となります

会場 市立病院 2階講義室

【詳細】 市立病院栄養科 ☎ 382-5151

E-リズム”基本編”ナイト体験会

日ごろの運動不足やストレスを解消しましょう。初心者歓迎。無料。持ち物は上靴、外靴入れ、タオル、飲み物、動きやすい服装。

日時 7月11日(水)、18日(水) 18:30～20:00
(18:20 までに集合)

会場 市民体育館 必ず指
定の駐車場を使用してください。

【詳細】 保健センター

☎ 385-5252 FAX 385-8130



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
7/1 (日)	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 (内科のみ) 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 <input type="checkbox"/> よしなりこどもクリニック 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
8 (日)	<input type="checkbox"/> 大麻内視鏡内科クリニック 大麻東町 31-1 ☎ 386-3366	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
15 (日)	<input type="checkbox"/> 高橋内科医院三番通りクリニック (内科のみ) 大麻ひかり町 32-1 ☎ 387-7788 <input type="checkbox"/> 松尾こどもクリニック 高砂町 25-11 江別メディカル3階 ☎ 384-8819	<input type="checkbox"/> 江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
16 (月・祝)	<input type="checkbox"/> アウル内科クリニック 東野幌本町 2-18 ☎ 383-3456	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
22 (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)
29 (日)	<input type="checkbox"/> あさひ町南大通クリニック 朝日町 3-30 ☎ 383-9816	<input type="checkbox"/> 江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
8/5 (日)	<input type="checkbox"/> 北町クリニック (内科のみ) 大麻北町 607-2 ☎ 386-2160 <input type="checkbox"/> おおぬま小児科 東野幌本町 7-5 セリオのつぼろ 2階 ☎ 385-6782	<input type="checkbox"/> 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 9:00)

●北海道小児救急電話相談 (お子さんの急な病気やけが) ☎ 232-1599 または # 8000 (年間全日対応 19:00～翌朝 8:00)

●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

HOT WORD

「健康経営」

～企業が従業員の健康を考える～



「健康経営」ってなに？

健康経営とは、「企業が従業員の健康管理を経営的な視点から考えること」を言います。企業が従業員の健康に配慮することは、そこで働いている人を心身ともに健康で毎日元気に働ける状態へと導き、本人やその家族が充実した生活を送ることだけでなく、企業の成長にもつながります。

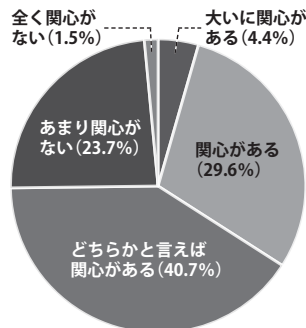
▶市内企業は高い関心

今年4月、市と江別商工会議所が市内企業を対象に実施した「健康経営に関する意識調査」の結果を公表しました。企業を対象にした健康経営の意識調査は全道で初めて。具体的な取り組みの実績や成果などにまで踏み込んだ調査は、全国でも珍しい試みです。

調査の結果、健康経営に関心を持っている企業が全体の約75%を占めるなど、健康経営に対する高い関心や期待感があることが分かりました。

健康経営は、魅力的な職場環境づくりとして、未来を担う学生の皆さんに“ここで働きたい”と思ってもらうことにもつながります。市では、健康経営の理念を普及させ、やりがいを持って元気に働くことができる環境づくりを応援していきます。

健康経営に関心を持っている市内企業の割合



従業員の声 - Interview

市内唯一、2年連続で健康経営優良法人認定

江別製粉株式会社

企画広報担当

松本 愛さん (32歳)



江別製粉では、従業員の健康づくりを進めるため、従業員が禁煙外来を受診する費用や、従業員と家族が市内のスポーツジムを利用する料金を負担しています。以前はあまり運動をしていませんでしたが、最近では週1回はジムで汗を流すようになりました。運動不足が解消しただけでなく、ジムで違う部署の人と顔を合わせる機会が増え、気軽に話すようになったことで社内でのコミュニケーションもスムーズになるなど、健康増進以外にも良い効果がありました。

安孫子 俊之社長にうかがいました

従業員が健康に暮らせることはもちろんですが、健康に配慮した企業というイメージが定着することで、ビジネスや求人にも良い影響が出ることを期待しています。

編集後記 担当者の二ぼれ話

▶広報担当になって初めて「あそびのひろば」の撮影をしてきました。活発に動き回る子どもたちを写真に収めるのに一苦労。せっかくこちを向いてくれても、いぶかしそうな視線…。まずは、子どもたちと打ち解ける練習から始めます。☒

▶今年の運動会は小雨降中での開催となった学校もありましたが、主役と同じくらい輝いていたのは、湿ったグラウンドで児童たちが足を取られないよう、競技の合間に泥だらけになって懸命に整備するPTAの方々。裏方の力で感動的な運動会になりました。☒

今月の一枚



新しいBBQスポット「えみくる」発見! ☒