



健康
ひとくち
MEMO

1日1回！
お口の中を観察しましょう

(詳細) 保健センター ☎ 385-5252

新型コロナウイルス感染症の流行でマスク生活が続いていることにより、口腔ケアを後回しにしたり、忘れがちになっていたりしていませんか。

高齢期では、適切な口腔ケアで口臭や低栄養、誤嚥性肺炎などを防ぐことができます。また、自分の歯でも義歯でも、しっかりと噛むことができると、転倒による骨折や認知症の予防への効果も期待できます。

市では、これまでの歯周病検診に加え、10月から後期高齢者の歯科健診を開始しました。約6,800円の健診が500円で受けられます。歯科健診では歯および歯ぐきの状態や義歯(入れ歯)の状態の確認、嚥下機能(飲み込む力の状態)の評価などを実施します。

どの年代においても規則正しい食事や間食、飲食後の口腔ケアが、全身の健康を維持するために重要です。ご家庭でも、1日1回は口の中をよく観察して歯、歯ぐき、舌が健康な状態かチェックし、気になることがあれば早めに歯科医院を受診しましょう。



	後期高齢者の歯科健診	歯周病検診
対象	後期高齢者医療制度に加入している市民	受診日現在 40、50、60、70 歳の市民
受診方法	①保健センター国保健診担当 (☎ 385-4620) へ電話し、受診券の発行を依頼 ②受診券が届いたら歯科医院へ予約 ③受診券と保険証を持って受診	直接、実施している 歯科医院へ予約
料金	500 円	500 円 ※ 70 歳の方は無料

※けんしんの結果によって、治療や精密検査を受けられる場合は、別途治療費がかかり、保険診療となりますのでご了承ください。

毎日のお手入れ、気を付けることは？

- ・毎食後、必ず歯磨きを
- ・義歯ははずして磨く
- ・洗口剤もおすすめ
- ・ときには舌の清掃も



冬の災害に備えて

～冬の災害対策、万全ですか？～

(詳細) 危機対策・防災担当
☎ 381-1407

冬に地震が起きた場合や暴風雪などに備えて、夏とは違う防災対策が必要です。ご家庭でも、冬の災害への備えを確認しましょう。

◆ 備蓄品の確認をしましょう ◆

地震や暴風雪の影響で、停電が発生する場合があります。暖房器具や給湯設備が使用できなくなる可能性があります。体が極度の低体温になると生命を脅かす場合がありますので、乾電池式のポータブルストーブやカセットガスコンロなどを備蓄しておくことが重要です。



◆ 冬道での立ち往生に備えましょう ◆

大雪の影響で車が立ち往生してしまった場合、降り積もる雪で排気口が塞がり、エンジンをかけると排気ガスが車内に流入し、一酸化炭素中毒になるおそれがあります。エンジンを切らなければならない事態に備え、防寒着、カイロ、長靴、手袋、スコップ、けん引ロープなど車に用意しておきましょう。

気象・交通情報の確認はこちらから

冬期間は、こまめに気象情報や道路情報などを確認し、悪天候の時は不要不急の外出を控えることも大切です。

【札幌管区気象台】

<http://www.jma-net.go.jp/sapporo/>



【江別市防災情報】

<http://bousai.city.ebetsu.hokkaido.jp/>



【北の道ナビ】

<http://northern-road.jp/navi/>



司法書士
土地家屋調査士

Suzukaze Joint Office

すずかぜ合同事務所

(旧 清水基陽事務所)

札幌司法書士会所属

司法書士 土地家屋調査士 大 桃 涼 輔
司法書士 落 合 亮

創業から40年以上の実績。司法書士2名、スタッフ6名がスピーディーに対応します！

初回相談・お見積りは無料です！

ご自宅へのお出張相談、時間外・休日相談も可。

不動産・預貯金・株式などの **相続手続** や

遺言・成年後見・生前対策など **生前対策** など

無料相談予約専用ダイヤル

0120-380-255

江別市向ヶ丘22番地1 駐車場有

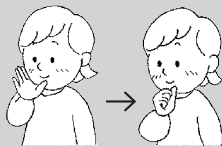
◆受付時間 9:00～18:00(土・日・祝定休) 詳細はホームページをご覧ください。



LINEで
相談予約が簡単！



2番通
ファミリーマート ● 5丁目
ここです ● 江別法務局
学園通 ● 江別西郵便局
←札幌 国道12号線
ポストンバイク ● ●からやま



健康だより

年末年始歯科救急当番医院

月/日	歯科医院（診療時間 10:00～12:00）
12/31(金)	□野幌ふじい歯科医院 野幌町 19-3 ☎ 382-0876
1/1(土・祝)	□よねざわ歯科クリニック 萌えぎ野中央 2-1 ☎ 382-8500
2(日)	□ふゆの歯科クリニック 文京台 5-4 ☎ 388-3777
3(月)	□かきはら歯科クリニック 大森北町 519-1 ☎ 387-2777

高齢者インフルエンザ予防接種

今年度は昨年度よりもワクチンの製造量が少なく、供給ペースも遅れており、11月17日現在で通院患者などに限定せずに予約可能な医療機関が無い状況です。今後の接種再開医療機関の状況は市ホームページをご確認いただくか、保健センター管理係（☎ 391-8036）までお問い合わせ下さい。

期間 10/11(月)～12/28(火)（休診日を除く） 料金 1,150円（回数1回）

対象 接種希望の市民で次の①か②に該当する方。①接種当日65歳以上の方。②接種当日60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがある方（障害等級1級またはそれに準じる方）。

申込方法 各医療機関に直接申し込み

※非課税世帯や生活保護世帯の方は無料（証明書などのコピーを受診時に提出）
※感染予防対策のため、受診の際はマスクの着用をお願いします



12月
1月



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）

江別医師会 HP

日 程	内 科・小 児 科	外 科 系
12/5(日)	□溪和会江別病院（内科のみ） 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 □ウルトラ内科小児科クリニック（小児科のみ） 大森栄町 11-9 ☎ 688-8801	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
12(日)	□江別谷藤病院（内科のみ） 幸町 22-1 ☎ 382-5111 □よしなりこどもクリニック 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470	□江別谷藤病院 幸町 22-1 ☎ 382-5111
19(日)	□野幌病院（内科のみ） 野幌町 53-5 ☎ 382-3483 ■江別市立病院（小児科のみ） 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）
26(日)	□おくの内科胃腸科クリニック（乳児事前連絡必要） 野幌町 26-12 野幌メディカルビル 4階 ☎ 381-0501 □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	□江別谷藤病院 幸町 22-1 ☎ 382-5111
30(木)	□大森内視鏡内科クリニック（乳児事前連絡必要） 大森東町 31-1 ☎ 386-3366 □溪和会江別病院（内科のみ） 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
31(金)	■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）
1/1(土・祝)	□江別内科クリニック（内科のみ） 元江別本町 35-2 ☎ 381-8900 □よしなりこどもクリニック 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470 □野幌病院（内科のみ） 野幌町 53-5 ☎ 382-3483	□野幌病院 野幌町 53-5 ☎ 382-3483
2(日)	□ささなみ内科クリニック（乳児事前連絡必要） 野幌町 66-2 ☎ 382-3373 □江別谷藤病院（内科のみ） 幸町 22-1 ☎ 382-5111	□江別谷藤病院 幸町 22-1 ☎ 382-5111
3(月)	□高橋内科医院三番通りクリニック（内科のみ） 大森ひかり町 32-1 ☎ 387-7788 □おおさ鈴木ファミリークリニック 大森扇町 3-4 ☎ 386-5303 □江別谷藤病院（内科のみ） 幸町 22-1 ☎ 382-5111	□江別谷藤病院 幸町 22-1 ☎ 382-5111

※都合により変更される場合があります。詳しく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）までお問い合わせいただくか、新聞紙上または江別医師会のホームページでご確認ください。

電話相談

- 北海道産婦人科救急電話相談 <さんぶきゅうきゅう>
☎ 290-3299（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>
☎ 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<内科・小児科> 年中無休

診療時間 19:00～翌朝 7:00（受付 18:30～翌朝 6:30）
錦町 14-5 ☎ 391-0022

※発熱感冒症状のある方は、来院前にお電話でご連絡ください。

江別の不動産の事なら



創業
33
年

売買仲介・買取・賃貸・管理・
価格査定・その他 相談無料

株式会社 三信不動産

TEL 011-382-8111

江別市野幌松並町14-7

国道12号線沿い 時計台と大きな鳩のマークが目印です

お宅の屋根は大丈夫？プロの技で邸宅長持ち！

すがもり・雨もり・隣家への落雪、
屋根の葺き替え等

お気軽に
ご相談を！

外壁サイディング工事・リフォーム全般

屋根工事
のことなら

信頼と実績の店
株式会社

堀江板金工業

江別市上江別東町10-10 ☎ 382-3534