

健康×暮らしナビ



あなたのお口は
健康ですか？



【詳細】保健センター ☎ 385-5252

健康づくりといえば、食生活や運動などに目が向きがちですが、お口の健康状態はチェックしていますか。お口（口腔）は、噛む、飲み込む、口を動かしてことばを話すなど生きていく上で欠かせない役割を果たしています。お口の健康を脅かす病気に気をつけましょう。

【むし歯】

歯の表面に残った歯垢の中の細菌により歯が溶けて歯の修復が追いつかなくなることによって起こります。糖分を頻回に取ることでむし歯になる危険性が高まります。

【歯周病】

歯と歯肉の隙間から侵入した細菌が、歯肉に炎症を引き起こし、歯を支える骨を溶かしてしまいます。歯周病は歯を失う原因の一つであるほか、糖尿病を悪化させたり、妊婦では低体重児や早産の危険度が高くなることが指摘されています。

【口腔フレイル】

老化による歯の本数の減少や筋力の低下などにより、噛む力や飲み込む力が低下し、心身の機能低下につながった状態です。口腔のはたらきと全身の機能は関連があり、元気に過ごすためにはお口の健康維持が重要です。

お口のお手入れは、日常的なセルフケアに加えて、歯科衛生士などによる定期的な歯石除去や歯面清掃などの予防処置や指導を受けるプロケアも必要です。お口の機能を生涯保つために、歯科けんしんを受けたり、かかりつけ歯科医を持つなどして、定期的にお口の健康状態を確認しましょう。

市が行う歯科けんしん ※実施している歯科医院へ直接ご予約ください

歯周病検診	後期高齢者の歯科健診
<p>【対象】江別市民で受診日現在 40 歳、50 歳、60 歳、70 歳の方 ※対象の方には個別に通知します 【料金】500 円 ※70 歳の方は無料</p> 	<p>【対象】江別市民で後期高齢者医療制度にご加入の方 ※対象の方には4月に受診券を送付済みです 【料金】500 円</p> 

新型コロナワクチン接種 (XBB.1.5 対応) 無料の接種期間は3月末まで



【詳細】保健センター新型コロナウイルスワクチン担当 ☎ 385-8910

接種を希望される方はお早めに

新型コロナワクチンは、緊急の必要性から、これまで予防接種法上の特例臨時接種として無料で接種することができましたが、この取り扱いが3月31日で終了します。接種を希望する場合は、お早めにご検討ください。

なお、令和5年秋開始接種の期間（令和5年9月20日～令和6年3月31日）に接種できるのは、初回接種（1・2回目）を除き1回限りです。

また、医療機関により取り扱い終了時期が異なりますのでご注意ください。

【接種券の申請が必要な方】

転入や紛失などのため、江別市の接種券をお持ちでない方で、接種を希望する場合は、接種券の発行申請が必要です。申請は市HPからスマートフォンで手続きすることができます。



申請フォーム▲

【副反応に関するご相談】

北海道新型コロナウイルスワクチン接種相談センター
電話番号 0120-306-154（フリーダイヤル）
受付時間 9:00～17:30（平日、土日・祝日）

- ◆ クリニック
クリニックごとに受付
- ◆ 病院

令和5年秋開始接種は、3月31日で終了します

【Web】市HP内の「コロナワクチン情報」
または、右の二次元コードから予約
【電話】江別市保健センター
新型コロナウイルスワクチン担当
☎ 011-385-8910（平日8:45～17:15）



▲接種予約受付サイト

令和6年度からの新型コロナワクチン接種

令和6年4月以降の新型コロナワクチン接種は、インフルエンザワクチンと同様の「定期接種」として、秋冬の期間に年1回実施される見込みとなっています。このため、これまでの接種券方式は廃止され、費用は原則として一部自己負担となる予定です。

江別エリアの土地・建物・マンション・アパート
買取します!! <http://www.tfinc.co.jp>
北海道知事免許石狩(8)第4734号

株式会社 **外山不動産**

〒067-0063 江別市上江別西町3-15
TEL 0120-215-915
TEL 384-5761 FAX 382-5478



広告

弁護士法人 **江別法律事務所** 札幌弁護士会所属
弁護士 西脇 崇晃

受付/月～金 AM8:30～PM5:00

遺言相続・借金問題
離婚・不貞慰謝料
交通事故・労働問題

☎ 011-381-1911
江別市野幌町76-29 ラインビル2F



●JR野幌駅より徒歩7分
●JRバス野幌駅通下車徒歩1分

広告

ちょこっと
手話

「どこ？」

- ①全ての指を曲げた右手を前に置く
- ②右手の人差し指を左右に振る



※ちょこっと手話の動画を公開しています→



消費生活相談Q&A

【詳細】消費生活センター ☎ 381-1026



詐欺メールにご注意を！

Q マイナポイント事務局を差出人とした「マイナポイント第2弾」のお知らせメールが届いた。最大2万円分のマイナポイントがもらえると記載があったので、すでにポイントは受け取っていたが、さらにもらえるものだと思い、記載されたURLにアクセスした。申し込み画面が表示されたので、名前、住所、電話番号などの個人情報を入力したら、クレジットカード情報を求められた。この時点でおかしいと気付き入力を中止したが不安だ。

A 不審に思った場合やトラブルに遭った場合は消費生活センターや警察などに相談しましょう。マイナポイント関連のサイトに誘導するメールが届いたら詐欺を疑い、URLにはアクセスしないようにしましょう。

マイナポイント事務局がメールでマイナポイント関連のサイトに誘導することは絶対にありません！

注意

「マイナポイント第2弾」の申込受付は令和5年9月30日で終了しています。マイナポイント事務局をかたり、個人情報やクレジットカード情報を不正に得ようとする詐欺メールが増えています。今後さらに新たな手口で詐欺メールが送られる可能性もありますので注意しましょう。

2月
3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
2/4 (日)	□溪和会江別病院 (内科のみ) 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 □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
11 (日・祝)	□大麻内視鏡内科クリニック (乳児事前連絡必要) 大麻東町 31-1 ☎ 386-3366 □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	□江別谷藤病院 幸町 22-1 ☎ 382-5111
12 (月・振)	□友愛記念病院 (内科のみ) 新栄台 46-1 ☎ 383-4124 □松尾こどもクリニック (小児科のみ) 高砂町 25-11 江別メディカル 3階 ☎ 384-8819	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
18 (日)	■ゆきざさ循環器内科 (乳児事前連絡必要) 野幌屯田町 23-19 ☎ 384-1000 (診療時間 8:30 ~ 17:00) ■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)
23 (金・祝)	□たぐち内科クリニック (内科のみ) 元町 21-12 ☎ 389-7855 □おおあさ鈴木ファミリークリニック 大麻扇町 3-4 ☎ 386-5303	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
25 (日)	■平賀内科クリニック (乳児事前連絡必要) 野幌東町 26-26 ☎ 382-5989 (診療時間 8:30 ~ 17:00) □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
3/3 (日)	□北町クリニック (内科のみ) 大麻北町 607-2 ☎ 386-2160 □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

※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) 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 <さんびきゅうきゅう> ☎ 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<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

調査・診断・施工 & 法定報告

創業 57年 江別で培ってきた信頼と実績

安心の1級建築施工管理技士の工事店

株式会社

サイトウ塗装

江別市一番町24-1

(コマダ珈琲店さん向かい)

リフォーム ドクター



Tel. **382-5652** www.Reform-Dr.com

スマホアプリ 手軽! リフォーム相談室 公開中



広告

雨が少ないこの季節 ☀️☀️☀️☀️☀️☀️ 屋根修理おすすめ (早期修理で家計も安心)

金属外壁サイディング・雪庇止め施工も承ります
すがもり、屋根葺替工事 他

株式会社 **堀江板金工業**

お気軽に
ご相談ください

屋根工事のことなら ☎ **382-3534**
江別市上江別東町10-10

広告