

# 5月 健康ひろば

保健福祉センター  
はーとふる ☎ 49-2558

## 乳幼児検診

対象児には事前に文書でお知らせします。

	4カ月児		9カ月児	
5月	22日(火)	24年1月生	23日(水)	23年7月生
	1歳6カ月児		3歳児	
	9日(水)	22年10月生	8日(火)	21年4月生

## フッ化物塗布 (予約制)

対象は1歳6か月以上の子どもです。

5月	10日(木)	10:00～11:00	12:30～15:00
	24日(木)		13:30～15:00

## ピンピンからだひろば

高齢者対象の筋力アップ体操。時間内出入自由。

5月	毎週月曜日	10:00～12:00	13:30～15:30
	毎週金曜日		4日(金)休み

## 母子健康・栄養相談 (乳幼児)

乳幼児の発育・発達や育児などについてご相談ください。

5月	10日(木) 31日(木)	9:30～11:30	13:00～15:00
----	------------------	------------	-------------

## 一般健康・栄養相談 (乳幼児～成人)

年齢を問わず健康相談を行います。

5月	17日(木)	10:00～11:30
	※会場	潮静児童センター

## 急性灰白髄炎 (ポリオ)

5月	29日(火) 30日(水)	生後3カ月から90カ月 未満(2回接種)	14:00～15:00 (受付は13:30～)
----	------------------	-------------------------	----------------------------

※ポリオワクチンは急性灰白髄炎(小児マヒ)を予防するワクチンです。41日以上の間隔をおいて、2回接種する予防接種です。

※はーとふる以外の各医療機関での予防接種は、広報4月号に折り込みしたピンクの用紙「留萌市保健予防事業一覧」をご参照ください。

るもい健康の駅  
☎ 43-8121

▶開館時間 9:00～17:00

水・木曜日  
9:00～20:30  
(但し20時以降は)  
(入館できません)

▶休館日 月曜日・祝日

▶5月のイベント

12日(土) 「救急蘇生法」と  
「AED」講習会  
13:00～14:30

22日(火) 認知証サポーター養成  
講習  
13:00～14:30

26日(土) 「医師のお仕事」  
講師：小海康夫  
13:00～14:00

## お知らせ

楽しくふまねっとをやりませんか

5月から毎週木曜日の10時～11時にふまねっと教室(無料)を開催します。動きやすい服装、運動靴をご持参ください。

5月20日の日曜当番医院

川上内科医院

錦町4丁目 ☎ 43-6451

午前9時～午後5時

※上記以外の日曜日・祝日及び夜間の診療はかかりつけの病院・医院へお問い合わせください。

※市立病院は2次医療病院として、すべての土曜日・日曜日・祝日・夜間に対応しています。

はーとふる健康「リム

気軽に検診

「大腸がん」

食生活の欧米化に伴い、「大腸がん」の罹患率は、近年日本のがん全体の第2位となるまでに増えています。

大腸がんの検診は便を取って提出するだけの簡単な検査です。検査機関で便の中に血液がまじっていないかを検査します。大腸がん検診でがんが発見された場合の5年生存率は90%以上となっております。早期発見による治療の効果が期待できます。がん検診で精密検査を勧められた場合は、しっかりと受診し検診結果を活かしましょう。

市では集団検診に加え、この4月からは、市内医療機関でも随時大腸がん検診を受けられるようになりました。年に一度は忘れずに受診しましょう。