

令和8年度 留萌市保健予防事業一覧

留萌市では、皆様がいっまでも健康でいきいきとした生活を送ることができるよう、各種がん検診、乳幼児健診、予防接種、健康相談などの保健予防事業を実施しています。

今年度のスケジュールを市民の皆様にお知らせいたしますので、どうぞご活用ください。

事業についてのお問い合わせは、こちらへどうぞ。

保健福祉センター はーとふる ☎49-6050

留萌市市民健康部保健医療課保健医療係・保健指導第1係・第2係

成人保健事業

予防接種

| 予防接種名 | 日時 | 場所 | 料金及び対象者 | |
|------------------|-----------------|----------|------------------------------------|---|
| 高齢者インフルエンザワクチン接種 | 10月から 翌年3月まで | 市内各病(医)院 | 1,500円 | 満65歳以上の方 |
| 高齢者の肺炎球菌ワクチン接種 | 4月から 翌年3月まで | 市内各病(医)院 | 5,000円 | ①満65歳の方 ②満70歳以上の方 |
| 帯状疱疹ワクチン接種 | 4月から 翌年3月まで | 市内各病(医)院 | 不活性ワクチン:11,000円×2回 生ワクチン:3,200円 | 年度内に65歳を迎える方 (その他対象となる方は、 下記の通りとなります) |
| 新型コロナワクチン接種 | 10月から 翌年3月まで | 市内各病(医)院 | 未定 | 満65歳以上の方 |

※上記の料金は、市の助成後の自己負担額となります。

※帯状疱疹ワクチンの定期接種以外の助成については、後日お知らせいたします。

※新型コロナワクチンに関する情報は、後日お知らせいたします。

※ 高齢者インフルエンザ、高齢者新型コロナ、高齢者の肺炎球菌及び帯状疱疹の予防接種について

- 生活保護世帯の方は、市役所社会福祉課が発行する「受給証明書」を持参すると無料となります。
- 帯状疱疹を除く予防接種については、満60歳以上、65歳未満の方で心臓や腎臓、呼吸器に重い病気のある方及びヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を持つ方も対象となります。
(障害等級1級またはそれに準じる方)
- 高齢者インフルエンザ、高齢者新型コロナについては、医療機関により接種開始時期が異なります。事前にご確認ください。
- 高齢者肺炎球菌、帯状疱疹については、過去に市の助成により接種したことがある方は対象外となります。
- 令和8年度の帯状疱疹ワクチンの定期接種対象者は、年度内に65歳を迎える方のほかに、その年度内に70、75、80、85、90、95、100歳となる方が対象となります。

※ 予防接種を受けるとき

- 事前に病(医)院に予約が必要です。
また、接種を受ける際には年齢を確認できる書類(マイナンバー等)をご持参ください。

献血事業「ひまわり号運行日程」

| 実施日 | |
|-----|----------------------|
| 1 | 令和8年 4月22日から4月24日まで |
| 2 | 令和8年 9月1日から9月3日まで |
| 3 | 令和8年12月22日から12月24日まで |

※16歳以上69歳までの方ならどなたでも献血できますので、ぜひご協力ください。

詳細な日程及び巡回場所については、献血実施月の広報紙でお知らせします。

がん検診・その他の検診

集団検診 ●対象年齢は令和9年3月31日現在の年齢となります。

| 日程 | | 場所 | |
|----|-----|-----------------------------|---------------|
| | | 特定健診・胃・肺・大腸 肝炎・エキノコックス検診 | 子宮・乳・骨粗しょう症検診 |
| 春 | 5月 | 12日(火) | 港西コミセン |
| | | 13日(水) | 港南コミセン |
| | | 14日(木) | 保健福祉センターはーとふる |
| | | 15日(金) | 保健福祉センターはーとふる |
| | | 16日(土) | |
| 秋 | 10月 | 7日(水) | るもい健康の駅 |
| | | 7日(水) | 幌糠農業・農村支援センター |
| | | 8日(木) | 保健福祉センターはーとふる |
| | | 9日(金※) | 保健福祉センターはーとふる |
| | | 10日(土) | |
| 冬 | 2月 | 25日(木) | 保健福祉センターはーとふる |
| | | 26日(金) | |

※ 10月9日(金)は、女性のためのレディースデーとなります。
※ 受付時間は、広報誌等でお知らせいたします。



| 集団検診料金及び対象者 | | |
|-------------|--------|--------|
| 胃がん | 1,500円 | 40歳以上 |
| 肺がん | 1,000円 | |
| 大腸がん | 500円 | |
| 肝炎 | 500円 | |
| エキノコックス | 無料 | 小学3年以上 |
| 子宮頸がん+HPV | 2,200円 | 20~41歳 |
| 子宮頸がん | 1,200円 | 42歳以上 |
| 超音波検査 | 500円 | 20歳以上 |
| 乳がん | 2,400円 | 35歳以上 |
| 骨粗しょう症 | 500円 | 40~70歳 |
| 結核 | 無料 | 65歳以上 |

注意

- エキノコックス症検診は5年に1度の受診となります。
- 肝炎検診は一度も受診したことのない方のみとなります。
- 集団、個別ともに子宮がん、乳がん検診は2年に1度の受診となります。

個別検診

カ:胃カメラ検査 バ:バリウム検査

| 医療機関名 | 健(検)診名 | | | | | |
|--------------------|--------|-----|---|----|----|---|
| | 特定 | 胃 | 肺 | 大腸 | 子宮 | 乳 |
| 川上内科医院 | ○ | カ | ○ | ○ | | |
| たけうち内科循環器内科医院 | ○ | | ○ | ○ | | |
| 西原腎・泌尿器科クリニック | ○ | | | | | |
| 藤田クリニック | ○ | カ | ○ | ○ | | |
| 留萌記念病院 | ○注1)※ | カ・バ | | ○ | | |
| 留萌市立病院 | ○ | カ・バ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 留萌セントラルクリニック | ○ | | | | | |
| わたべ整形外科医院 | ○ | | | | | |
| 札幌複十字総合健診センター(札幌市) | | | | | ○ | ○ |

注1) ※ご加入されている保険者によって、受診できない場合があります。

| 個別検診料金及び対象者 | | |
|-----------------------|--------------|--------|
| 胃がん検診 | 3,200円 | 40歳以上 |
| 胃カメラ検診 | 4,500円 | 50歳以上 |
| ※胃カメラ検査は2年に1度の受診となります | | |
| 肺がん | 1,500円 | 40歳以上 |
| 大腸がん | 500円 | 40歳以上 |
| 子宮がん | | 20歳以上 |
| 頸部+HPV | 3,000円 | 20~41歳 |
| 頸部のみ | 2,000円 | 42歳以上 |
| 頸・体部 | 上記に1,000円の追加 | |
| 超音波検査 | 〃 | |
| 乳がん | 2,400円 | 35歳以上 |

結核検診

春の集団検診、秋の集団検診と同じ日程の午後に、市内各地区を結核検診車が巡回します。(詳しい日時・場所等は広報誌等でお知らせいたします。)



《検診料金が無料となる場合》

- ・75歳以上の方
- ・生活保護世帯の方(市役所社会福祉課が発行する「受給証明書」を持参ください。)

《市の国民健康保険加入者》

検診料金は各検診毎に集団検診は、500円。個別検診は、胃カメラは、2,000円。大腸がん・超音波検査(子宮)は、500円。その他は、1,000円となります。

《検診申込先》

集団検診:保健福祉センター はーとふる (検診前に広報誌及び町内回覧で申込期間等をお知らせします。)
個別検診:直接受診する医療機関に申し込みしてください。

健康相談事業

母子健康・栄養相談(乳幼児)



乳幼児の発育・発達や食事・育児などについてご相談ください。

| 場 所 | 実 施 日 | | | | | | 時 間 |
|-------------------|-------|--------|-----|--------|----|-------|-------------|
| 保健福祉センター はーとふる | 4月 | 9日(木) | 6月 | 4日(木) | 8月 | 6日(木) | 9:30~11:30 |
| | 10月 | 15日(木) | 12月 | 3日(木) | 2月 | 4日(木) | |
| | 5月 | 7日(木) | 7月 | 9日(木) | 9月 | 3日(木) | 13:00~15:00 |
| | 11月 | 5日(木) | 1月 | 14日(木) | 3月 | 4日(木) | |

成人健康・栄養相談

日常生活・食生活に関することなどについてご相談ください。

| 場 所 | 実 施 日 | | | | | | 時 間 |
|-------------------|-------|--------|----|--------|-----|--------|-------------|
| 保健福祉センター はーとふる | 4月 | 21日(火) | 7月 | 23日(木) | 12月 | 10日(木) | 10:00~12:00 |

一般健康・栄養相談(乳幼児~成人)

乳幼児から成人まで、年齢を問わず健康相談を行いますので、お気軽にご相談ください。

| 場 所 | 実 施 日 | | 時 間 |
|------|--------------------|--|-------------|
| 幌糠町内 | 7月14日(火)・11月10日(火) | | 13:30~14:30 |

※場所については、広報誌等でお知らせいたします。

はーとふるでは、随時、電話や来所での相談も受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

下記事業もご利用ください

北海道小児救急電話相談(夜間の小児救急に関する相談)

道では、夜間における子どもの急な病気やけがなどの際に、専任の看護師や小児科医師が電話により助言を行っていますので、ご紹介します。

(相談の例)

- 子どもが熱を出して、下痢をしています...
- 子どもの咳が止まらなくて...
- 子どもが誤って洗剤を飲んでしまって...

など

※ 家庭でどのように対処すればよいか、直ちに医療機関にかかる必要があるかについて、電話で看護師が助言、アドバイスを行います。

また、より専門的な知識を要するものについては、小児科医が助言、アドバイスします。

| 受付時間帯 | 電 話 番 号 | 注 意 |
|-------------------------|--|--|
| 毎 日 19:00~ 翌朝8:00 | 「011-232-1599」 または 局番なしの「# 8000」 | <ul style="list-style-type: none">○ 短縮ダイヤル「#8000」は、ご家庭のプッシュ回線及び携帯電話からご利用いただけます。○ 明らかに重大な場合は直ちに119番通報してください。 |

母子保健事業

予防接種

※接種期間以外での予防接種は、有料となる場合があります。
くわしくは、はーとふるへお問い合わせください。

●予防接種の種類

| 予防接種名 | 接種期間 | 標準的な接種時期 |
|--------------------|----------------------------|---|
| 五種混合 ・ 四種混合 | 生後2ヵ月から90ヵ月(7歳半)未満 | ① 1期初回…生後2ヵ月～生後12ヵ月までの間に、 20～56日間隔で、計3回接種 ② 1期追加…3回目の接種から、 12ヵ月～18ヵ月の間隔をあけて1回接種 |
| 小児肺炎球菌 | 生後2ヵ月から60ヶ月未満 | |
| | 生後2ヵ月～7ヵ月未満で接種開始の場合 | ① 27日以上の間隔で3回、 ② 3回目接種後60日以上の間隔をあけて生後12ヵ月～15ヵ月の間に1回 計4回接種 |
| | 生後7ヵ月～12ヵ月未満で接種開始の場合 | ① 27日以上の間隔で2回、 ② 2回目接種後60日以上の間隔をあけて生後12ヵ月以降に1回 計3回接種 |
| | 1歳以上～2歳未満で接種開始の場合 | 60日以上の間隔をあけて2回 |
| | 2歳以上～5歳未満で接種開始の場合 | 1回 |
| B型肝炎 | 1歳の誕生日の前日まで | 1回目:生後2ヵ月目 2回目:1回目の接種から27日以上あける 3回目:1回目の接種から139日(約20週)以上の間隔をあける ※ 生後すぐにB型肝炎ワクチンと抗HBs人免疫グロブリンの投与を受けた場合定期接種ではなく、健康保険扱いになります。 |
| B C G | 1歳未満まで | 生後5ヵ月以上生後8ヵ月未満に1回 |
| 麻しん風しん (混合ワクチン) | 1期…生後12ヵ月から24ヵ月未満 | 左記の期間に1回 |
| | 2期…就学前1年間(5歳以上7歳未満) | 左記の期間に1回 |
| 水痘 | 生後12ヵ月から36ヵ月未満 | 1回目:生後12ヵ月～15ヵ月未満 2回目:1回目の接種から6ヵ月～12ヵ月の間隔をあける。 |
| 日本脳炎 | 1期…生後6ヵ月から90ヵ月(7歳半)未満 | ① 1期初回…3歳の間に、6日～28日の間隔で2回 ② 1期追加…4歳の間に、2回目の接種から、1年の間隔をあけて1回 計3回接種 |
| | 2期…9歳以上～13歳未満 | 9歳の間に1回接種 |
| | 特例 平成19年4月1日以前に生まれ20歳未満 | 上記と接種方法が異なります。 詳しくは、保健医療課へお問い合わせください。 |
| 二種混合 | 小学6年生 | 左記の期間に1回 |
| ロタワクチン | 1価ワクチン 生後6週から24週未満 | 1回目:生後8週から15週未満 2回目:1回目の接種から27日以上あける |
| | 5価ワクチン 生後6週から32週未満 | 1回目:生後8週から15週未満 2回目:1回目の接種から27日以上あける 3回目:2回目の接種から27日以上あける |
| R S ウイルス ワクチン | 妊娠28週から37週に至るまでの者(妊婦) | 左記の期間に1回 ※妊娠39週に至るまでに妊娠終了を予定している場合、その14日前に接種完了させることが望ましい。 |

●予防接種できる医療機関

| 医療機関名 | 実施日 | 接種できる時間 | 接種できるワクチン | 備考 |
|------------------------------|---------|---|---|---|
| 留萌市立病院 (小児科) 49-1011 | 毎週火・木曜日 | 13:30～15:00 (完全予約制) | 五種混合・小児肺炎球菌・B型肝炎・BCG・ 麻しん風しん・水痘・二種混合・日本脳炎・ロタ | 実施日が変更になる可能性があります。 事前にご確認ください。 |
| 藤田クリニック 42-1660 | 毎週水曜日 | 15:00～16:00 (完全予約制) | 五種混合・小児肺炎球菌・B型肝炎・麻しん風しん 水痘・二種混合・日本脳炎・ロタ | 実施日が変更になる可能性があります。 事前にご確認ください。 |
| 川上内科医院 43-6451 | 毎週水曜日 | 14:00～15:00 (完全予約制) | 五種混合・小児肺炎球菌・B型肝炎・BCG 麻しん風しん・水痘・二種混合・日本脳炎・ロタ | |
| たけうち内科 循環器内科医院 42-8820 | 毎週月～土曜日 | 8:00～11:00 13:00～15:00 | B型肝炎・麻しん風しん 水痘・二種混合・ロタ | 水・土曜日は、午前のみです。 |
| 留萌セントラル クリニック 43-9500 | | 8:00～11:30 16:00～18:00 ※予約は1週間前まで | 日本脳炎 (高校生以上) | 16:00～18:00は月曜日のみです。 緊急手術の場合は、再予約の場合有。 |

※予防接種に際しての注意事項

- ◎予約が必要です。(2日以上前に予約してください。)
- ◎予約した時間内に受けるようにしてください。
- ◎必ず保護者が同伴し、母子手帳を持参して下さい。
- ◎BCG・麻しん風しん・ロタ・水痘ワクチンの予防接種を受ける場合は、それぞれ1ヵ月以上あけてください。

※予防接種に際しての注意事項

- ◎予約が必要です。(2日以上前に予約してください。)
- ◎予約した時間内に受けるようにしてください。
- ◎必ず保護者が同伴し、母子手帳を持参して下さい。
- ◎BCG・麻しん風しん・ロタ・水痘ワクチンの予防接種を受ける場合

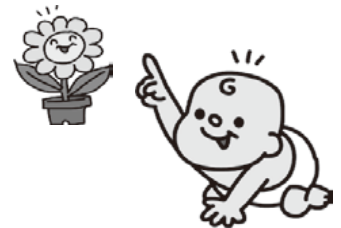
乳幼児健診



| | 4ヵ月児・9ヵ月児 | | 1歳6ヵ月児 | | 3歳児 | | 5歳児 | |
|-----|-----------|----------------------|--------|----------|--------|----------|--------|-------------------|
| | 実施日 | 対象者 | 実施日 | 対象者 | 実施日 | 対象者 | 実施日 | 対象者 |
| 4月 | 24日(金) | R7年 12月生・ R7年 6月生 | 8日(水) | R6年 9月生 | 22日(水) | R5年 3月生 | 15日(水) | R3年 4月2日生 ～5月生 |
| 5月 | 29日(金) | R8年 1月生・ R7年 7月生 | 8日(金) | R6年 10月生 | 27日(水) | R5年 4月生 | 20日(水) | R3年6～7月生 |
| 6月 | 24日(水) | R8年 2月生・ R7年 8月生 | 3日(水) | R6年 11月生 | 17日(水) | R5年 5月生 | 10日(水) | R3年8～9月生 |
| 7月 | 22日(水) | R8年 3月生・ R7年 9月生 | 1日(水) | R6年 12月生 | 15日(水) | R5年 6月生 | 8日(水) | R3年 10月生 |
| 8月 | 21日(金) | R8年 4月生・ R7年 10月生 | 5日(水) | R7年 1月生 | 26日(水) | R5年 7月生 | 19日(水) | R3年 11月生 |
| 9月 | 30日(水) | R8年 5月生・ R7年 11月生 | 2日(水) | R7年 2月生 | 16日(水) | R5年 8月生 | 9日(水) | R3年 12月生 |
| 10月 | 28日(水) | R8年 6月生・ R7年 12月生 | 7日(水) | R7年 3月生 | 21日(水) | R5年 9月生 | 14日(水) | R4年 1月生 |
| 11月 | 25日(水) | R8年 7月生・ R8年 1月生 | 4日(水) | R7年 4月生 | 18日(水) | R5年 10月生 | 11日(水) | R4年 2月生 ～4月1日生 |
| 12月 | 16日(水) | R8年 8月生・ R8年 2月生 | 2日(水) | R7年 5月生 | 9日(水) | R5年 11月生 | / | |
| 1月 | 27日(水) | R8年 9月生・ R8年 3月生 | 13日(水) | R7年 6月生 | 20日(水) | R5年 12月生 | | |
| 2月 | 17日(水) | R8年 10月生・ R8年 4月生 | 3日(水) | R7年 7月生 | 10日(水) | R6年 1月生 | | |
| 3月 | 17日(水) | R8年 11月生・ R8年 5月生 | 3日(水) | R7年 8月生 | 10日(水) | R6年 2月生 | | |

※対象者が多い場合は、対象とは別の月や健診等でお誘いすることがあります。

実施場所 : 保健福祉センター はーとふる
 受付時間 : 午後1:00～
 ご案内 : 対象となる方には文書で事前にお知らせいたします。



子宮頸がん予防ワクチン

| 実施医療機関 | 川上内科医院 | 留萌市立病院 (産婦人科) | 留萌セントラル クリニック | 留萌記念病院 |
|--------|--|----------------------------------|----------------------------------|--|
| 実施日 | 毎週 月～土 (予約制) ※祝日・休日は除く | 毎週 月～金 注1) (予約制) ※祝日・休日は除く | 毎週 月～土 注2) (予約制) ※祝日・休日は除く | 毎週 月～金 (予約制) ※祝日・休日は除く |
| 時間 | <平日> 8:30～10:30 13:30～15:00 <土曜日> 8:30～10:30 | 8:45～11:30 | 8:00～11:30 | <平日> 8:30～11:30 13:30～15:30 <水曜日> 8:30～11:30 |
| 電話番号 | 43-6451 | 49-1011 | 43-9500 | 42-0271 |
| 接種対象者 | 注3) 小学6年生～高校1年生に相当する女性 ・・・標準的な接種は中学1年生で、6ヵ月間で3回接種 | | | |

- 注1) 市立病院(産婦人科)の予約は、平日13:00～15:00、接種の1週間前までにお願いします。
 注2) 留萌セントラルクリニックの時間は、曜日によって異なるため予約時にご確認ください。
 注3) 留萌セントラルクリニックでは、高校生以上のみ接種できます。

旅立ち応援のためのインフルエンザワクチン接種

| 予防接種名 | 日時 | 場所 | 料金 | 対象者 |
|-------------|------------|----------|--------|-----------------------|
| インフルエンザワクチン | 10月から12月まで | 市内各病(医)院 | 1,500円 | 小学6年生(2回)・中学3年生・高校3年生 |

妊産婦健康診査受診票の交付

市では、妊娠届出の際に母子健康手帳のほか、「妊婦一般健康診査受診票」「産婦健康診査受診票」という妊産婦健康診査費用の助成が受けられる受診票を交付しています。(予約制)

場 所：保健福祉センター は一とふる 1階(保健指導第1係)
持参する物：マイナンバーカード等妊婦のマイナンバーがわかるもの、
医師または助産師による妊娠の証明書等



出産を計画している方へ

乳児の先天性風しん症候群を予防するために

| 項目 | 期間 | 実施医療機関 | 自己負担額 | 助成対象者 |
|---------|----|--|--------|---|
| 風しん抗体検査 | 通年 | 川上内科医院 藤田クリニック たけうち内科 循環器内科医院 | 1,000円 | ・風しん抗体価が低い妊婦(妊娠初期)の19歳以上の夫 ・19歳から40歳までの妊娠を希望する女性 |
| ワクチン接種 | | 留萌市立病院 | 2,000円 | 上記で風しん抗体が低い人 |

おやつ教室

※受講するには事前に申し込みが必要です。

お子様のための手作りおやつの作り方について学ぶ教室です。ご友人と一緒にぜひ参加してください。

| 教室名 | 内容 | 日時 | 対象者 | 場所 |
|-----------|----------------------|------------------------|---------|-------------------|
| Happyおやつ! | 栄養士の講話、調理実習、食べさせ方、試食 | 8月2日(日) 10:00~12:00 | 1~3歳の親子 | 保健福祉センター は一とふる |

産後ケア事業



産後のママの心と身体の安定、疑問や不安の解消のため実施しています。

赤ちゃんとのふれあい方・遊び方が知りたい、離乳食が不安、産後のストレッチや骨盤ケアをしたい、授乳の相談がしたいというママは、ぜひご参加ください!

| 教室名 | 内容 | 日時 | 対象者 | 場所 |
|----------|--|---|--------------------------|-------------------|
| ホッ♡とママ教室 | ・赤ちゃんの生活リズムや栄養のこと ・歯のことなどのお話 ・ベビーヒーリングタッチ等 | 月1回程度実施 ※対象になる方には、乳児全戸訪問事業や乳児健診の際に、ご案内しています。 | おおむね 2か月~1歳頃 までの親子 | 保健福祉センター は一とふる |

※訪問や来所で助産師が個別で対応もしています。希望のある方は、お電話ください。

フッ化物塗布

※歯科検診は13:00~と13:30~

| | | | |
|-------|--|----------|------------|
| 対象年齢 | 1歳6ヵ月以上のお子様 (1歳6ヵ月児健診時に申込みを受け付けています) ※1歳6ヵ月にかかわらず、上の歯が4本以上生えていてご希望される場合はご相談ください。 | 4月 9日(木) | 10月 15日(木) |
| 受付時間 | 10:00~11:00、13:00~15:30 | 5月 7日(木) | 11月 5日(木) |
| 実施場所 | 保健福祉センター は一とふる | 6月 4日(木) | 12月 3日(木) |
| 料金 | フッ化物塗布・・・1回 510円 | 7月 9日(木) | 1月 14日(木) |
| 持参する物 | 母子健康手帳、歯ブラシ | 8月 6日(木) | 2月 4日(木) |
| | | 9月 3日(木) | 3月 4日(木) |

