

まで	康増進担当(石井)	問い合わせは、健	お申し込みやお	問い合わせは、健	康増進担当(石井)
◆対象	◆申込期限	◆内容	◆対象	◆場所	◆日時
その他	3月12日(水)	離乳食の実習と講話	生後4・5ヶ月児の保護者	ふれあいプラザ	3月14日(金)
実習後、参加者同士、雑談などで交流		が託児を行います。	ふれあいプラザ	10時～13時	
を深めましょう。		教室の間、ボランティアさ	栄養指導室		



ふれあいプラザ だより

◇健康増進担当 ☎ 2-4128

◇介護支援担当 / 地域包括支援センター ☎ 2-5555

子宮頸がん・乳がん 検診のお知らせ

利用期限 3月末！

無料クーポン券 のご利用を
お忘れではないですか？

近年、子宮頸がんは、若い世代の発生率が急激に増加しており、乳がんにおいては、40～50代の壮年期をピークに発症し、女性のがん死亡原因第1位となっています。本町の検診でも、平成21年度以降毎年乳がんが発見されています。

町では、一人でも多くの方に女性がん検診を受けていただくため、検診料の助成をさせていただいております。女性がんを早期に発見し、適切な治療を受けるため、2年に1度の検診をお勧めいたします。



検診種類	個別検診	無料クーポン券検診
対象者	○子宮頸がん検診 ～20歳以上で前年度受診していない方 ○乳がん検診 ～40歳以上で前年度受診していない方	無料クーポン券をお持ちの方 ○子宮頸がん(20～40歳で5歳刻み) ○乳がん(40～60歳で5歳刻み) ※対象者には5月下旬に送付済み
申込方法	プラザにご連絡をいただき、証明書発行後予約。	直接医療機関へ予約し受診。
内 容	・乳がん検診～問診、視触診、マンモグラフィー ・子宮頸がん検診～問診、視診、内診、子宮頸部細胞診	
料 金	乳がん検診(1,700円)、子宮頸がん検診(1,500円) 生活保護受給者の方は、無料です。	クーポン券持参により無料

※お問い合わせは、健康増進担当(小椋・岸)まで

幼児歯科健診

いい歯ピカピカ教室



◆日時 3月5日(水) 14:00頃～
 ◆場所 ふれあいプラザ 研修室

※時間は申込受付時にお伝えします。

◆対象 1～4歳児(年少児童まで)

※ただし、1歳未満でも生歯6本以上あれば受けられます。

◆申込期限 当日の午前中

◆内 容 歯科健診・フッ素塗布・個別相談・歯磨き指導(初回参加者)

◆持ち物 母子手帳、幼児歯科健診受診券、歯ブラシ(初回参加者)

◆その他 上士幌保育所に入所していないお子さんは、小学校入学前までお申し込みでき、年度1回受けることができます。

※お申し込みやお問い合わせは、健康増進担当(河野・小椋)まで

インフルエンザも
ノロウイルスも

予防は 手洗いから



手
洗
い

を毎日の習慣にしましょ。

きれいになりました！

インフルエンザは、咳やくしゃみによって飛び散ったウイルスを吸い込むこと（飛沫感染）でおこります。また、ノロウイルスは口から入ること（経口感染）でおこります。
どちらも感染力が強く、はじめのうちは症状の出ない潜伏期があるために、誰からうつるかわかりません。
●**飛沫感染予防**には、うがい、咳工チケット、人中ではマスクをすることが効果的です。

【咳工チケット】

●**経口感染予防**には、手洗いや消毒がありますが、全ての感染症予防に共通する基本は「手洗い」です。

