

不妊症および不育症の治療費助成事業のご案内

特定不妊治療(体外受精・顕微授精)や不育症の治療にかかる経済的負担を軽減するために、治療費用の一部を北海道と町が助成します。

北海道の助成 【制度の詳細について・申請窓口】 帯広保健所 ☎ 0155-27-8637

【北海道特定不妊治療費助成事業】

- ・採卵を伴う治療は、1回あたり15万円(初回に限り30万円、一部の治療は7万5千円)を上限額として助成。男性不妊治療は、15万円(初回に限り30万円)まで助成する。
- ・妻の治療開始年齢が40歳未満では通算6回まで、40歳～43歳未満では通算3回まで助成する。(H27年度までに通算5年間助成を受けていない者)
- ・同事業の助成を受けて子どもをもうけた夫婦が、第2子以降に特定不妊治療を行う場合、妻の治療開始年齢が40歳未満であるときは通算6回まで、40歳以上であるときは通算3回まで助成する。

【北海道不育症治療費助成事業】

- ・不育症に関する1回の検査・治療につき10万円まで助成。ただし、過去に一度も検査を受けていない場合は対象にならない。
- ・「1回の検査・治療」とは、原則、検査と妊娠を経て出産等に至るまでに実施した治療をいう。医師の判断により治療を終了した場合については、検査と終了までに要した治療費を助成する。医師の判断により治療を実施しなかった場合には検査に要した費用のみ助成する。

上士幌の助成 【申請窓口・問合せ】 健康増進担当 ☎ 01564-2-4128

【上士幌町特定不妊治療費助成事業・上士幌町不育症治療費助成事業】

北海道特定不妊治療費助成事業もしくは北海道不育症治療費助成事業の助成を受けたご夫婦を対象に、1回あたり10万円を限度に、道の助成を補完して助成する事業です。

栄養コラム 妊娠を考えている方、“葉酸”を摂っていますか？

“葉酸”とは、ビタミンB群の一種で、私たちの身体のたんぱく質や細胞を作る時に、サポートをしてくれる栄養素です。

この葉酸、妊娠のごく初期に必要な量摂取することで、胎児の神経管閉鎖障害のリスクを下げることができます。赤ちゃんの神経管の形成に重要な時期は受胎後およそ28日間。この時期に葉酸をしっかり摂取することが必要なのですが、多くの方が妊娠に気づくのは妊娠6週頃。妊娠を意識し始めた時から、妊娠に備えて食事やサプリメントから葉酸を十分に摂取しましょう(サプリメントを摂取する際は表示を確認し、過剰摂取に気を付けましょう)。

さらに、葉酸は赤ちゃんの栄養源になる母乳作りにも役立ちますので、出産後もしっかりと摂取しましょう。また、葉酸は別名「血を作るビタミン」とも呼ばれ、血液の構成成分である赤血球を作るので、全ての人にとっても大切な栄養素です。葉酸を多く含む食品を上手に利用して不足しないようにしたいですね。

推奨される葉酸の1日摂取量

妊娠していない女性、男性	240μg
妊娠を考えている女性	640μg
妊娠期	480μg
授乳期	340μg

葉酸が多く含まれる食品

食品	目安	葉酸の量
枝豆	20粒	34.7μg
納豆	1パック	60μg
卵黄	1個分	25μg
焼き海苔	1枚	57μg
ほうれん草	お浸し1人分	44μg
ブロッコリー	茹で1/2個	99μg
いちご	5粒	81μg
みかん	1個	23.8μg
バナナ	1本	30.4μg



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

- 3月10日(火) 14時～
- ◆日時 3月10日(火) 14時～
- ※時間は申し込み受付時にお伝えします。
- ◆対象 1歳～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 3月9日(月)午前まで
- ◆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
- ◆場所 ふれあいプラザ
- ※お申し込みやお問い合わせは、ふれあいプラザ(石井・新堀)2・4128まで。

3月は『自殺対策強化月間』です。

『ゲートキーパー』とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人で、「命の門番」とも位置付けられる人です。

上士幌町でも『ゲートキーパー』の輪が広がって欲しいと今年度も10月にゲートキーパー研修会を開催しました。研修会ではグループワークを行い、悩みを抱える人に対して、町内会、サークル活動、公的機関など、地域のつながりが尊い命を救う可能性を持つことや地域に見守りの輪が広がることが重要であることを再確認しました。

実際に心に悩みを抱え不安になったとき、悩みを相談されたもののどのように対応してよいかわからないとき等には、町の「心の相談日」をお気軽にご利用ください。

- 【相談先】
- ◎町の身近な相談場所「心の相談日」 第2・4水曜日 8:30～17:15(ふれあいプラザ)
- ◎電話、メールやSNSによる相談先、悩み別の相談先について(自殺対策 厚生労働省 HP)

妊娠を希望されるご夫婦に、風しん予防接種費用を助成します

【問合せ】 健康増進担当 ☎ 01564-2-4128

対象者	内容	接種方法
妊娠を希望する女性及び夫。風しん抗体の不十分な妊婦の夫。(風しん罹患歴又は風しん予防接種2回接種歴が明らかな方、妊娠中及び現在妊娠している可能性のある女性を除きます)	予防接種(麻しん風しん混合ワクチン) ※妊娠を希望する女性は、予防接種後2ヶ月の避妊が必要です。	①役場保健福祉課健康増進担当(ふれあいプラザ)に申し込みます。 ②町から「風しん等予防接種依頼書」「予防接種予診票」を受け取ります。 ③町内医療機関へ予約し、②の書類を提出し接種をします。
実施場所	費用	持ち物
町内医療機関(上士幌クリニック・はげあん診療所) ※町外の医療機関で受けた方は助成の対象になりませんのでご注意ください。	予防接種費用10,080円全額を町が負担します。	町が発行した「風しん等予防接種依頼書」「予防接種予診票」を当日ご持参ください。

風疹抗体検査及び風疹定期接種追加的対策の対象の方へ

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、風しん抗体検査及び風しん定期予防接種の対象となっており、すでに広報等で周知しておりますので、積極的に受検していただきますようお願い申し上げます。なお、2020年度の実施方法につきましては、3月下旬頃、対象の方へ個別にご案内する予定であります。