

♪♪♪「健康あるキング」10月ランキング発表!! ♪♪♪

第2回目のランキングはこのようになりました
おめでとうございます

順位	お名前	歩数
1位	Teiko さん	344,254歩
2位	きん太さん	301,368歩
3位	マリリンさん	269,741歩
4位	艶子さん	251,637歩
5位	中村 勝子さん	229,110歩

健康あるキングの参加者を随時募集しています。
詳しくは、保健センターまたは風連庁舎保健係までお問い合わせください。



健康 HEALTHY GUIDE ガイド

申し込み・問い合わせ

保健センター ☎01654 1486
風連庁舎保健係 ☎01655 2511

高齢者インフルエンザワクチン接種料金の一部助成について

インフルエンザ予防に有効なワクチンの接種料金を一部助成します。

- ・助成期間 平成20年3月末日まで
- ・対象者 65歳以上の接種希望の方（接種当日）
60歳以上65歳未満で心臓・腎臓または呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に、日常生活がほとんど不可能な程度の障がい有するで、接種を希望される方（接種当日）
名寄市に住民票があり、下記の医療機関で接種できる方に限ります。（保険証を持参してください。）
- ・助成額 1人1,000円（自己負担金2,000～2,150円は医療機関に直接お支払いください）
生活保護受給者で対象の方は無料です。
- ・委託医療機関

名寄市立総合病院 ☎01654 3101	・通院中の方...診療科で随時接種 ・予防接種のみの方...総合外来で接種 ・月～金曜日（8:30～11:30）
名寄東病院 ☎01654 2188	・月～金曜日（11:30まで） 予約制
風連国民健康保険診療所 ☎01655 2545	・診療時間内 月～金曜日
名寄三愛病院 ☎01654 3911	・診療時間内 月～金曜日（水曜日は午前診療）
吉田病院 ☎01654 3381	・診療時間内 月～金曜日
片平外科・脳神経外科 ☎01654 3375	・診療時間内（水・土曜日は午前診療）
名寄中央整形外科 ☎01654 2006	・診療時間内 （第2・4木曜日は午前診療 土曜日は午前診療）
岡崎内科 ☎01654 2361	・診療時間内（木・土曜日は午前診療） 予約制
あかいし内科医院 ☎01654 7177	・月、火、木、金曜日は16:00まで ・水、土曜は午前診療（11:00まで）
たに内科クリニック ☎01654 1223	・火、木、金曜日は13:00～15:00 予約制（診療予約をされていて接種を受ける場合、予約は必要ありません）

高齢者（65歳以上）の肺炎球菌ワクチンの接種料金一部助成は、通年実施しています。接種を希望する方は、接種券を発行しますので、保健センターまたは風連庁舎保健係までご連絡ください。

休日当番医 急患に限ります

- 11月 3日 市立総合病院
☎01654 3101
4日 たに内科クリニック
☎01654 1223
11日 名寄東病院
☎01654 2188
18日 名寄中央整形外科
☎01654 2006
23日 中村整形外科
☎01654 2881
25日 市立総合病院
☎01654 3101
- 12月 2日 市立総合病院
☎01654 3101
- 先月号でお知らせしました当番医が変更になりました。
・11月4日
【変更前】名寄東病院
【変更後】たに内科クリニック
救急医療情報案内フリーダイヤル
☎0120-208-699

子育て保健 ミニカレンダー 11月

- 1日(木) 乳児健診・BCG
(風連会場)
2日(金) のびのび親子教室
6日(火) お母さん教室
7日(水) 子育て教室
9日(金) 親子ふれあいひろば
10日(土) お父さん・お母さん教室
13日(火) 離乳食教室
14日(水) 7カ月児健診
15日(木) お母さん教室
19日(月) 股関節脱臼検診
22日(木) 4カ月児健診・BCG
29日(木) 3歳児健診
30日(金) 親子ふれあいひろば
風連会場は風連地区の方のみを対象として実施しています。
詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

風連診療所の健康だより

風連国保診療所 ☎01655 2545

インフルエンザ予防接種

「日曜接種日」のお知らせ

今年もインフルエンザの流行する季節がやってきました。予防接種をしてから効果があらわれるまでに約2週間かかり、効果が持続する期間は約5カ月間といわれていますので、12月中旬までに受けたほうがよいでしょう。

風連国保診療所では、平日診療時間内での受診が困難な場合などで予防接種を希望される方を対象に、次のとおり2日間の「日曜接種日」を設けましたので、この機会にどうぞご利用ください。

日曜接種日

- ・ 11月11日 9時～16時（12時15分～13時は昼休み）
- ・ 12月9日 9時～16時（12時15分～13時は昼休み）
- ・ ところ 風連国民健康保険診療所

ご注意

一般の診察は受け付けいたしませんのでご了承ください。

3歳以上13歳未満の方は、4週間以上あけて2回の接種が必要です（11月11日に第1回目を接種すると、12月9日に第2回目の接種が可能です）。

母子手帳、保険証（年齢確認のため）を持参してください。平日のインフルエンザ予防接種は、いつでも行っています。

子育て支援センターで 育児の輪を広げましょう！

「さくらんぼ」 開設：月～金曜日
☎01654 5683（東5南3 東保育所内）



「ちゅうりっぷ」 開設：月～金曜日
☎01654 3361（西2南2 中央保育所内）



「さくらんぼ」「ちゅうりっぷ」は、火・木曜日のみ女性児童センターで実施します。

「こぐま」 開設：月・火・木曜日
☎01655 2378（風連町西町 風連さくら保育園内）



11月の催し

作って遊ぼう

- ・ とき 11月6日（火）10:00～11:30
- ・ ところ 女性児童センター
- ・ 内容 簡単なおもちゃを作ります。
親子講座「絵本の読み聞かせ」
- ・ とき 11月20日（火）10:00～11:30
- ・ ところ 女性児童センター

すくすくアイドル



安達 恵介くん（8カ月）【風連町大町】

健康づくり体操教室のお知らせ

- ・ とき 11月8日（木）・15日（木）・22日（木）・29日（木）9:30～11:15
- ・ ところ 総合福祉センター
- ・ 内容 フォークダンス・民謡踊り・自きょう術
- ・ 持ち物 上靴
- ・ 申し込み 当日会場で受け付けます。
- ・ 問い合わせ 名寄庁舎2階高齢福祉課高齢福祉係
☎01654 2111 内線3231