

.....子育てネットワークとかち～ローズマリーが贈る.....

女性のためのセンスアップ講座

1. 「日本の昔話を聞こう」～大人が楽しめる読み聞かせです。

講師 梶沢 弘子さん
日時 6月19日(火) 11時～
場所 女性のためのサロン
(中央公民館 2階老人研修室)

2. 「おかあさんのための心理学」

講師 円山嘉都美さん
日時 6月25日、7月2・9日
(3回連続)
料金 3,500円 託児あり
定員 15人
場所 中央公民館研修室
申込期限 6月18日(月)

3. 料理教室(毎月1回)

講師 箕浦奈穂子さん
料金 2,500円 託児あり
定員 15人
日時 6月21日(木)
10時～13時
場所 中央公民館調理室
申込期限 6月18日(月)



お問い合わせ先・お申し込み先
正村(62-7042)



芽室町役場
TEL62-2611

伏美岳山開き・町民登山会

伏美岳山開き

日時 6月24日(日) 雨天中止
場所 伏美岳(1,792m)
負担金 1,500円(バス利用者のみ)
定員 50人
送迎バス 行:6時45分(中央公民館前発)
帰:14時(中央公民館前着)

町民登山会 町民・町内勤務の方が対象です

日時 7月1日(日) 雨天中止
場所 アボイ岳(810m)
負担金 1,000円(保険料含む)
定員 50人
送迎バス 行:6時(中央公民館前発)
帰:17時(中央公民館前着)
締切 6月18日(月)

(定員になり次第締め切ります)
お申し込み・お問い合わせ先
芽室山の会事務局 上熹(うえしま)
役場(内線445)



ふれあい交流館まつり

「ふれあい交流館」(旧町民会館)
開館満1周年を記念して、次のように「ふれあい交流館まつり」を開催します。お誘い合わせのうえ、多数お越しください。

日時 7月1日(日) 10時～15時
場所 ふれあい交流館
(東3条2丁目)

対象 町内在住の65歳以上の方
参加申込期間 6月14日(木)～22日(金)
申込方法 ふれあい交流館窓口へお申し込みください。
お問い合わせ先
芽室町社会参加活動グループ「みつ葉会」(ふれあい交流館内 内線505・509)

青空即売会を開催します

日時 6月16日(土)
午前10時～午後1時
場所 めむろーど2階
セミナーホール

お問い合わせ先
芽室町市街地域女性の会
代表 山下悦子(TEL62-7623)

募集

.....
COME ON!

町立芽室病院臨床 検査技師募集

1人

応募資格

臨床検査技師の資格を持った昭和46年4月2日以降生まれの方・8月1日から勤務可能な方

応募方法

希望者は写真を貼った履歴書を提出してください。

応募期限 6月25日(月)

履歴書提出先・お問い合わせ先

町立芽室病院庶務係(TEL62-2811)

臨時事務従事者を募集します

参議院議員通常選挙臨時投票事務従事者・開票事務従事者を募集します。

臨時投票事務従事者

募集人数 15人

条件

・満20歳以上の選挙権を持つ健康な方

勤務予定日 7月29日(日)

勤務時間 6時45分～20時15分

賃金 日額 12,000円

事務内容 投票の受付に関する事務

臨時開票事務従事者

募集人数 10人

条件

・満20歳以上の選挙権を持つ健康な方

勤務予定日 7月29日(日)

勤務時間 21時20分～23時20分

賃金 日額 3,000円

事務内容 投票用紙の仕分け作業

応募期限 6月22日(金)

お問い合わせ先

選挙管理委員会事務局(内線314)

夢のふるさと森づくり実行委員募集

私たちの生活にゆとりと潤いを与えてくれる「夢のふるさと森づくり」を町民の皆さんと一緒に計画していく委員を募集します。応募いただいた皆さんで100年先の森をシミュレーションした「ふるさと森づくり基本構想」を策定します。

応募資格 町内在住の中学生以上で森づくりに関心をお持ちの方

応募人員 10人

応募期限 7月2日(月)

お問い合わせ先・お申し込み先

農林課農林企画係(内線413・414)



健康

.....
HEALTH

ミニドックのお知らせ

日程 / 7月30日(月)・31日(火)

会場 / 芽室町保健福祉センター(あいあい21)

受付時間 / 7時～10時(30分毎の受付)

対象 / 満35歳以上の町民

自己負担金 / 3,000円(老人医療受給者証の交付を受けている方は1,500円)

申込期限 / 7月23日(月)

その他 / 希望により骨粗しょう症検診(自己負担金500円)を受けられます。

今年度(平成13年4月～平成14年3月)すこやか健診・脳ドックを受診した方、または予定の方は対象外となります。

子宮がん検診のお知らせ

日程 / 7月9日(月)

10日(火)

会場 / 芽室町保健福祉センター(あいあい21)

受付時間 / 午前9時～10時30分
13時～14時

対象 / 満30歳以上の町民

自己負担金 / 1,100円(老人医療受給者証の交付を受けている方は500円)

その他 / 希望により骨粗しょう症検診(自己負担金500円)を受けられます

申込期限 / 7月2日(月)

今年度(平成13年4月～平成14年3月)すでにすこやか健診の子宮がん検診を受診した方または予定されている方は対象外となります。

乳がん検診のお知らせ

日程 / 7月28日(土)

会場 / 芽室町保健福祉センター(あいあい21)

受付時間 / 8時50分～14時

対象 / 満30歳以上の町民

検査内容 / 触診法(30歳以上)
乳房レントゲン撮影(50歳以上または40歳以上でハイリスクのある方)

自己負担金 / 600円(乳房レントゲン撮影希望の方は1,200円)

老人医療受給者証の交付を受けている方は300円(乳房レントゲン撮影希望の方は600円)

申込期限 / 7月25日(水)

今年度(平成13年4月～平成14年3月)すでにすこやか健診の乳がん検診を受診した方または予定されている方は対象外となります。

詳細は新聞折込をご覧ください。

7月の保健衛生カレンダー

62-2611 保健推進係(内線555・556)



芽室町役場
TEL62-2611

仲間が集まったら出前健康講座を呼ぼう!

健康講座や講演会があっても、仕事が忙しい、子どもがいる、何となく...などなかなかチャンスがない方。皆さんの集まりやすい時間・場所で、いつもの仲間と一緒に楽しく健康づくり講座を開講してみませんか。

おすすめメニュー

お子さんの健やかな成長をお手伝い

すくすく元気な体をつくろう
丈夫な歯をつくろう
食事をおいしく楽しもう

ますます健康に過ごすために

いつまでも自分の歯で食べたい
みんなで挑戦 健康メニュー
家族の健康と薬のはなし
若々しい血管を守ろう

こころや体の病気を予防するために

あなたの骨大丈夫ですか
体にやさしいダイエット作戦
おすすめします ぼけにくいいきいき生活
脳卒中のこと 知っていますか?
転ばない体の作り方、教えます

楽しく元気な老後を迎えるために

加齢を華麗に過ごす法
～第2の人生の迎え方
高齢期の健康管理のはなし
みんなで介護を考えよう

実施予定日の1か月前までにお申し込みください。人数とメニューに応じて担当者と代表者が連絡を取りながら準備します。メニューによっては、時期や回数に限りがあるものもあります。ご了承ください。

お問い合わせ先
保健福祉課保健推進係
(内線555・556)

健診名など	と き	対 象	持 ち 物	会場
乳幼児健康診査	7月3日(火) 13:00~13:15受付	12年9月出生 (10か月健診)	母子健康手帳 (7/10のみ 歯ブラシ・コップを 持参してください)	保健福祉センター (あいあい21)
	7月10日(火) 13:00~13:15受付	11年12月出生 (18か月健診)		
	7月24日(火) 13:00~13:15受付	13年3月出生 (4か月健診)		
	7月31日(火) 13:00~13:15受付	12年10月出生 (10か月健診)		
三歳児健康診査	7月17日(火) 13:00~13:15受付	10年6月出生	母子健康手帳	保健福祉センター (あいあい21)
乳幼児健康相談	7月13日(金) 10:00~10:15受付	12年7月出生 (12か月相談)	母子健康手帳	
	7月27日(金) 10:00~10:15受付	12年11月出生 (7か月相談)		
むし歯予防教室	7月4日(水) 13:30受付	10年12月出生 11年6月出生	母子健康手帳 歯ブラシ・コップ 受診料 700円	保健福祉センター (あいあい21)
	7月4日(水) 15:00受付	8年12月出生 9年6月・12月出生		
	7月18日(水) 13:30受付	10年6月出生 11年12月出生		
	7月18日(水) 15:00受付	7年6月・12月出生 8年6月出生		
赤ちゃん教室	7月3日(火) 10:00受付	13年4月出生	母子健康手帳 バスタオル 前日までに申し込みをしてください	保健福祉センター (あいあい21)
	7月17日(火) 10:00受付	13年5月出生		

教室・相談名	と き	対 象	そ の 他	会場
育児・健康相談	毎週金曜日 9:00~17:00	一般町民	母子健康手帳の交付も行います	保健福祉センター (あいあい21)
高齢者健康相談	毎週金曜日 9:00~17:00	一般町民		
リハビリ教室	毎週水曜日 13:00~15:00	脳卒中等の病気やけがにより、リハビリを希望の方や、外出の機会がなく家にこもりがちの方。	希望の方はご相談ください	
	毎週木曜日 9:30~15:00			
栄養相談	毎週水曜日 9:00~17:00	一般町民	事前に予約ください 必要時訪問もします	

種 目	日 程	対 象	接種方法	会場
三種混合ワクチン (百日せき・破傷風・ジフテリア)	7月13日(金) 15:00~15:30	生後3か月~7歳6か月になる前日までの方	第1期初回接種 3~8週間間隔で3回接種 (二種混合は2回)	保健福祉センター (あいあい21)
	7月27日(金) 15:00~15:30			
二種混合ワクチン (破傷風・ジフテリア)	7月27日(金) 15:00~15:30	百日せきにかかったことがあり、まだ三種混合をうけていない上記の方	第1期追加接種 初回接種の3回目完了後、12か月~18か月後に接種	
麻しん予防接種	毎週水曜日 14:00~15:00	生後1歳~7歳6か月になる前日までの方	1回(1歳をすぎたら早めに受けるのが望ましい)	
風しん予防接種	毎週水曜日 14:00~15:00	生後1歳~7歳6か月になる前日までの方	1回	

*麻しん予防接種・風しん予防接種は事前に電話予約が必要です。(町立芽室病院 電話62-2811)

*6月の健診・相談・予防接種等の日程は「すまいる5月号37ページ」をご覧ください。

健康

芽室町役場
TEL62-2611

家族介護教室開催のご案内

日ごろ、家族の介護方法がわからずにお悩みの方、介護に興味・関心のある方、家族介護教室に参加してみませんか。

日程（3日間1コース）

6月26日(火)・29日(金)・7月3日(火)
(いずれも13時30分～15時30分)

場所（保健福祉センター）

6月26日(火)

／2階ふれあいルーム

6月29日(金)

／1階かしわホール

7月3日(火)

／2階会議室

テーマ

6月26日(火)

・高齢者疑似体験による老いの見方・考え方

・介護疲れをとる気功体操

・保健福祉サービス紹介

6月29日(金)

・移動・排泄・食事・入浴の介護

7月3日(火)

・保健婦による痴呆の介護と介護者の健康について

・懇談会

対象者

現在介護をしている方を優先に介護に関心のある方

定員 / 20名

費用 / 無料

申込期限 / 6月22日(金)

お申し込み・お問い合わせ先

芽室町在宅介護支援センター
(TEL.62-0141)

役場保健福祉課在宅支援係
(内線552)

実技がありますので動きやすい服装でお越し下さい。



健康の散歩道

痛みもなく進行する歯周病

口の中の主な病気の一つに歯周病があります。歯周病は40歳代の人々の5割が歯を失う原因となり、気になるところです。

口臭が気になる、歯ぐきが赤く、熱っぽい、歯がグラグラする、歯と歯ぐきの間に隙間ができた、歯ぐきから『のう』がでる。こんな症状がでたら歯周病の赤信号です。

歯周病は、細菌の集まりである歯こうが原因となって起こる歯ぐきの病気です。歯こうが原因で歯の周りに炎症が起こり、歯肉や骨が破壊され、最終的には歯が抜けてしまいます。痛みなどの自覚症状がなく進行し、ひとたび進行すると治療が困難になります。予防方法としては次のことがあげられます。



うのよしこ
宇野喜子保健婦

正しいブラッシングを毎日行い、歯周病の原因となる歯こうを取り除き、口の中を清潔に保ちましょう。

歯ぐきをマッサージして歯肉を強くしましょう。

栄養のバランスが悪かったり、不規則な生活を続けたりしていると、体の抵抗力が弱まり歯ぐきが赤く腫れたり浮いた感じがします。常に規則正しい生活を心がけて、バランスのとれた食事をしましょう。

年に1回は歯科医院で検診を受けましょう。町では35歳から69歳の方を対象に歯科検診を行っています。定期的な検査で自分の口腔内の状態をチェックしましょう。

成人歯科検診についての詳細は下枠の「成人歯科検診のお知らせ」をご覧ください。

また、歯についての出前健康講座を行っています。随時行っていますので、是非ご利用ください。

お問い合わせ先 / 保健福祉課保健推進係（内線555・556）

成人歯科検診のご案内

町では、平成13年6月から成人歯科検診を町内の歯科医院及び、町立芽室病院に委託して実施しています。年に一度、歯の健康を点検する機会として御利用ください。

実施期間 / 平成13年6月1日～平成14年2月28日

医療機関 / したのはら歯科医院・藤村歯科医院・正木歯科診療室・松井歯科医院・南館歯科医院・家内歯科医院・町立芽室病院

検査内容 / 問診・歯科検査・歯周組織の検査

対象 / 35歳から69歳までの町民（先着250人）

自己負担金 / 600円(町負担2550円)
生活保護受給者は無料

お申し込み先 / 芽室町役場住民福祉部保健福祉課保健推進係
芽室町保健福祉センター：
あいあい121（芽室町東4条4丁目）
電話 62-2611（内線555・556）

申し込みされた方には、受診票をお送りしますので、希望する歯医者さんに検診日を予約してから受診してください。