

ちっぴべつ



# 子育てナビゲーション

「ちっぴべつ♪子育てナビゲーション」は、  
妊娠期からの子育てに関する町の母子保健事業等の  
各種サービスをはじめ、相談窓口、情報について  
まとめてあります。



秩父別町

(Vo1. 13 2023年4月1日現在)

## ～ 目 次 ～

### I. 新しい家族をむかえる

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1. 母子健康手帳をもらおう・・・・・・・・・・・・・・・・ | 1 |
| 2. 妊婦健康診査について・・・・・・・・・・・・・・・・  | 1 |
| 3. 妊婦健康診査交通費助成について・・・・・・・・     | 1 |
| 4. 妊婦歯科健診について・・・・・・・・・・・・・・・・  | 2 |
| 5. 妊婦さん訪問・相談について・・・・・・・・・・     | 2 |
| 6. 楽しく学ぶママパパ講座・・・・・・・・・・・・・    | 2 |
| ◎ 不妊・不育治療の相談について・・・・・・・・       | 3 |



### II. 赤ちゃんが生まれたら

- |                               |        |
|-------------------------------|--------|
| 1. 出生届について・・・・・・・・・・・・・・・・・・  | 4, 5   |
| ◎国民健康保険に加入している方               |        |
| ◎乳幼児医療について                    |        |
| ◎子育て支援水道料助成について               |        |
| ◎出生連絡票について                    |        |
| ◎児童手当について                     |        |
| ◎出産祝金について                     |        |
| ◎出産・子育て応援給付金                  |        |
| 2. 赤ちゃん・産婦さん訪問について・・・・・・・・    | 6      |
| 3. 産婦健康診査について・・・・・・・・・・・・・・・・ | 6      |
| 4. 産婦健康診査交通費助成について・・・・・・・・    | 6      |
| 5. 1か月健診助成について・・・・・・・・・・・・・   | 7      |
| 6. 新生児聴覚検査助成について・・・・・・・・・・    | 7      |
| 7. 子育て相談について・・・・・・・・・・・・・・・・  | 8      |
| 8. 母乳外来・育児相談サロン利用料助成について      | 8      |
| 9. 乳幼児健診について・・・・・・・・・・・・・・・・  | 9      |
| 10. 5歳児健診について・・・・・・・・・・・・・・・・ | 9      |
| 11. 乳児期の予防接種を受けましょう・・・・・・・・   | 10, 11 |
| 12. 楽しく学ぶ育児講座・・・・・・・・・・・・・    | 12     |



ちつぶべつ子育て支援センター（スポーツセンター内） 13

### III. 発達など“気がかり”を感じたら . . . 14, 15

### IV. 学校に入ったら

- |                             |    |
|-----------------------------|----|
| 1. 予防接種を受けましょう・・・・・・・・・・・・・ | 16 |
| 2. いのちのお話 思春期講話について・・・・・・・・ | 17 |

### V. ママ世代の健康管理

- |                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 1. ハッピー♡ママけんしんで元気確認・・・・・・・・ | 18, 19 |
| 2. 人間ドックで元気確認・・・・・・・・・・・・・  | 20     |



# I. 新しい家族をむかえる

## 1. 母子健康手帳をもらおう

【窓口】役場住民課健康推進係  
担当：保健師

病院等で妊娠がわかったら、妊娠の届出をしましょう。できるだけ妊婦さんご本人が来所ください。体調不良等で来所が難しい場合は、ご家族の方の代理申請も可能です。

### \* 交付されるもの \*

- ① 母子健康手帳
- ② 妊娠・出産に関するパンフレット等

### \* 健康相談 \*

安心・健やかな妊娠・出産を迎える事が出来るよう保健師・管理栄養士による健康相談を行います。

妊婦健診等の妊娠期における町のサービス・支援等の紹介をします。



## 2. 妊婦健康診査について

【窓口】役場住民課健康推進係  
担当：保健師

妊娠中は、とくに気がかりなことがなくても妊婦さんと赤ちゃんの健康管理のために、定期的に健診を受けましょう。秩父別町では次のように妊婦健康診査にかかる費用を後払いにて助成しています。

### \* 助成内容 \*

妊婦健診全額助成。全16回まで。

※ 治療にかかる費用（医療保険適用分）は該当になりません。

妊婦健康診査の助成には、次のような手続きが必要です。

### \* 手続きに必要なもの \*

- ① 定期健診の領収書・明細（病院で支払い後）
- ② 母子健康手帳
- ③ 印鑑
- ④ 本人名義（妊婦さん）の金融機関口座番号のわかるもの



## 3. 妊婦健康診査交通費助成について

【窓口】役場住民課健康推進係  
担当：保健師

秩父別町では妊婦健康診査と合わせて、健診への通院の支援として交通費を助成しています。

### \* 助成内容 \*

妊婦健康診査毎の定額助成です。

1回につき1,600円。

※ 治療にかかる通院時の交通費は該当になりません。

妊婦健康診査交通費の助成は、妊婦健康診査の助成手続き時に一緒に行います。



## 4. 妊婦歯科健診について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

妊娠中は、むし歯や歯周病等のお口のトラブルが起こりやすくなります。赤ちゃんを迎える前に一度は歯科健診を受けましょう。

### \* 健診時期 \*

- ・乳幼児健診時（4月、6月、8月、9月、12月、2月）
  - ・住民健診時（6月、10月）
- ※ 詳しい日時は、別紙の事業日程をご覧ください。

妊娠中期（5～7ヶ月）に受けることをお勧めします。  
受診ご希望の際は、事前にご連絡ください。（電話可）



無料です

## 5. 妊婦さん訪問・相談について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

安心・健やかな妊娠・出産を迎えられるよう全妊婦さんへの保健師又は助産師による訪問相談・健康相談を行っています。

### \* 訪問時期 \*

- ご家庭にお伺いします。概ね妊娠28週ごろ（8ヶ月頃まで）
- ※ 日程等は妊婦さんをご相談の上お伺いします。

### \* 健康相談 \*

妊婦健康診査の助成手続き時（来所時）のほか、随時、お電話等でも妊娠期等の健康相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

## 6. 楽しく学ぶママパパ講座

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

妊娠期の母子の健康管理についてのお話やプレ育児体験を通して、家族の皆さんが穏やかな妊娠期を過ごせるような講座を行っています。子育て支援センターとの共催です。

### まるっと サロン ～マタニティ～

- \*内 容\* 赤ちゃんの健やかな成長と穏やかな妊娠期を送るための妊娠・出産に関するお話や抱っこ・沐浴体験を行います。パパの参加も大歓迎です。
- \*実施時期\* 年4回  
(詳しい日時は1～2か月前に子育て包括支援センターからお知らせがあります。)
- \*場 所\* 子育て支援センター（ファミリースポーツセンター内1階 体育館奥）

## ○ 不妊治療の相談について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

### 【秩父別町】の事業

#### \*秩父別町不妊治療費助成事業\*

不妊治療にかかる医療費の本人負担額が対象です。

◇助成の内容

令和4年4月1日以降に受けた、公的医療保険適用となる不妊治療費の自己負担額。

治療を受けた年の3月～翌年2月までを1年度とし、**1年度に1回の助成。**

診療年度分を年度末の3月に申請。**通算3年間助成。**

(不妊治療により出産し、その後、次の妊娠のための治療を行った場合、過去の通算助成回数はリセットされます。)

詳しい内容、申請の方法は、役場住民課健康推進係にご確認ください。



### 【北海道】の事業

#### \*不妊治療の相談\*

##### ①不妊専門相談センター

- ◇相談窓口 旭川医科大学病院産婦人科
- ◇専門相談日 毎週火曜日 11:00～16:00
- ◇予約受付 月～金(10:00～16:00)
- ◇電話 0166-68-2568

##### ②女性サポートセンター

- ◇相談窓口 深川保健所(保健師が対応)
- ◇予約 月～金(9:00～17:00)
- ◇電話 0164-22-1421

#### \*北海道不育症治療費助成事業\*

不育症の因子を特定するための検査、検査結果に基づく治療が対象です。

◇助成の内容 1回の検査・治療につき10万円。

詳しい内容、申請の方法は、深川保健所(0164-22-1421)にご確認ください。

## Ⅱ. 赤ちゃんが生まれたら

### 1. 出生届について

【窓口】 役場住民課戸籍係

生まれた日から14日以内に届けことが義務づけられています。

#### \*必要なもの\*

- ① 出生届
- ② 母子健康手帳
- ③ 印鑑
- ④ 健康保険証
- ⑤ 口座番号

※下記の手続きについても必要です。



保健師の窓口にも  
お寄りください。  
赤ちゃん訪問等  
のご案内をします。

### ☆ 出生届と合わせて次の各種制度の手続きを行いましょう ☆

#### ○ 保険証について

- 国民健康保険に加入している方 【窓口】 役場住民課国保・後期高齢者・医療係  
「資格取得届」を提出し、保険証（カード）の交付を受けて下さい。
- 社会保険等に加入している方 【窓口】 お勤め先  
職場で手続きをし、保険証の交付を受けて下さい。

#### ○ 乳幼児等医療について 【窓口】 役場住民課国保・後期高齢者・医療係

秩父別町では0歳児から高校3年生までのお子さんの医療費（保険診療の自己負担分）を町で全額助成しています。

就学前までのお子さんは「資格認定申請書」を提出し、受給者証の交付を受けてください。  
転入者の方は、上記以外に「所得証明書」が必要です。

#### ○ 子育て支援水道料助成について 【窓口】 役場住民課社会福祉係

秩父別町では0歳児から高校3年生までのお子さんを養育しているご家庭に対し、毎月の水道基本料金を助成しています。

（町に対する支払い義務のあるもの全てに滞納がない世帯に限ります。）

「交付申請書」「納入状況調査承諾書」を窓口で記載し、提出してください。

#### ○ 出生連絡票について

【窓口】 役場住民課健康推進係

担当：保健師

出生連絡票を窓口で記入し、提出してください。

その際に、お母さんや赤ちゃんの健康状態、新生児訪問の日程等についてお話を伺わせていただきます。

## ○ 児童手当について

【窓口】 役場住民課社会福祉係

0歳児から中学生までのお子さんを養育している方に、年齢等によりお子さん1人あたり月額10,000円～15,000円が支給されます。

(※所得制限限度額以上となる世帯は、月額5,000円もしくは支給停止となる場合があります。)

転入者の方は「児童手当認定請求書」、「健康保険被保険者証の写し」「預金通帳の写し(請求者名義のものに限る)」の提出が必要となります。

## ○ 出産祝金について

【窓口】 役場住民課社会福祉係



○対象となる方（役場より通知が送付されます）

子どもを産み育てやすい環境を整え、定住促進を図ることを目的として、秩父別町に住んでおり、引き続き秩父別町に住んでいるお子さんが満1歳のお誕生日を迎えた世帯が対象です。

○助成額

第1子の場合	100,000円
第2子の場合	200,000円
第3子以降の場合	300,000円

なお、祝金の約3割は、秩父別町内事業所で使用できる商品券とします。

## ○ 出産・子育て応援給付金について

【窓口】 役場住民課社会福祉係

令和4年4月以降に出産された方または妊娠届を提出された方へ、出産育児関連用品の購入費や子育て支援サービスの利用の負担軽減を目的として出産応援給付金及び子育て応援給付金の支給を行っています。

○対象となる方

令和4年4月1日以降に母子健康手帳の交付を受けた妊婦（出産応援給付金）または  
令和4年4月1日以降に出生した子どもの養育者（子育て応援給付金）

○給付額

出産応援給付金	妊婦1人につき50,000円
子育て応援給付金	新生児1人につき50,000円

○給付のために

- ①妊娠届出時に保健師と面談を行います（出産応援給付金5万円給付）
- ②保健師が妊婦訪問（妊娠28週ごろ）で、妊娠の経過を確認します
- ③保健師が新生児訪問・産婦さん訪問で、産後の経過を確認します（子育て応援給付金5万円給付）

## 2. 赤ちゃん・産婦さん訪問について【窓口】役場住民課健康推進係 担当：保健師

赤ちゃんの健やかな成長・発育や、産婦さんとしてのお母さんの体の回復について一緒に確認するために、全赤ちゃんとお母さん（産婦さん）へ訪問相談を行っています。

### \*訪問時期\*

ご家庭にお伺いします。概ね生後1か月前。  
里帰り等の場合は、随時ご相談の上、お伺いします。

### \*訪問内容\*

- ☆赤ちゃんの身長・体重測定、発達確認等を行います。
- ☆お母さん（産婦さん）のカラダとココロの健やか相談を行います。
- ☆心配ごとや不安はもちろん、子育てで支援に関するご相談に応じます。
- ☆予防接種を含め、子育てを応援する赤ちゃんとお母さんの育児スケジュール等をご説明します。



## 3. 産婦健康診査について【窓口】役場住民課健康推進係

秩父別町では次のように産婦健康診査にかかる費用を後払いにて助成を行っています。

### \*助成内容\*

産婦健診**全額助成**。3回まで。

※ 治療にかかる費用（医療保険適用分）は該当になりません。

産婦健康診査の助成には、次のような手続きが必要です。

### \*手続きに必要なもの\*

- ① 定期健診の**領収書・明細**（病院で支払い後）
- ② **母子健康手帳**（産婦健康診査の結果の記入をしてもらって下さい。）
- ③ **印鑑**
- ④ 本人名義（産婦さん）の**金融機関口座番号**のわかるもの



## 4. 産婦健康診査交通費助成について【窓口】役場住民課健康推進係 担当：保健師

秩父別町では産婦健康診査と合わせて、健診への通院の支援として交通費を助成しています。

### \*助成内容\*

産婦健康診査毎の定額助成です。

**1回につき1,600円。**

※ 治療にかかる通院時の交通費は該当になりません。

産婦健康診査交通費の助成は、産婦健康診査の助成手続き時に一緒に行います。





## 5. 1 か月健診費助成について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

秩父別町では、産まれてきた赤ちゃんの健やかな成長を応援するため、赤ちゃんの健診にかかる費用を後払いにて助成しています。

### \*助成内容\*

1 か月健診費用を全額助成します。

※ 治療にかかる費用（医療保険適用分）は該当になりません。

1 か月健診の助成には、次のような手続きが必要です。

### \*手続きに必要なもの\*

- ① 1 か月健診の領収書・明細（病院で支払い後）
- ② 健診の結果や内容がわかるもの（母子健康手帳等）
- ③ 印鑑
- ④ 保護者の金融機関口座番号のわかるもの



## 6. 新生児聴覚検査費助成について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

秩父別町では新生児聴覚検査費の助成を行っています。

### 新生児聴覚検査って？

生まれつきの難聴を早期に発見することによって、適切な治療や支援に繋がります。

検査は、ABRとOAEの2種類の方法があり、病院によって検査方法が違います。

どちらも、赤ちゃんがぐっすり眠っている間にヘッドホンのような機械をあてる検査で、5分程度で終わり、痛みも全くありません。

### \*助成内容\*

新生児聴覚検査費用を全額助成します。

※ 治療にかかる費用（医療保険適用分）は該当になりません。



### \*助成方法\*

町で発行している『新生児聴覚検査受診票』を出産医療機関に提出すると無料で受ける事ができます。受診票が利用できない場合には、償還払いで助成を受ける事ができます。

## 7. 子育て相談について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

乳児期は、「大きくなったかな?」「おっぱいは足りているかな?」など心配や不安が多い時期です。保健師・管理栄養士による子育て相談では、お子さんの健やかな成長・発育をお母さんと一緒に確認しています。

### \*相談日\*

**第1,第3,第5木曜日 10:00~12:00**

### \*場所\*

子育て支援センター サロン室（ファミリースポーツセンター内 町民研修センター:1階体育館奥）

※ 保健師等が相談に応じます。

### \*相談内容\*

- ◇ 身長・体重測定など成長発達について
- ◇ 予防接種のスケジュールについて
- ◇ 母乳、離乳食など食に関する事
- ◇ その他、子育てに関する事全般

### ▲ 離乳食・幼児食相談 ▼

毎月第3木曜日は管理栄養士による栄養相談を行っています♪



相談日のほか、随時、電話相談やご希望に合わせて来所・訪問での相談も応じます。  
お気軽にご相談ください。

## 8. 母乳外来・育児相談サロン“にこにこ”利用料助成について

【窓口】 役場住民課健康推進係

深川市立病院で助産師による『母乳外来・育児相談サロン“にこにこ”』を行っています！秩父別町では、サロンの利用料の助成を行っています！

### \*対象者\*

産後2年未満のママ、生後2歳未満の乳児等

### \*助成金額\*

全額助成（1時間につき3,300円の保険外診療） 回数の上限なし

### \*相談内容\*

- ◇ 授乳や卒乳の相談、おっぱいトラブルの相談
- ◇ ママ、赤ちゃんの健康管理についての相談

### \*利用場所・日時\*

深川市立病院産婦人科外来 毎週火・金曜日の午後1時より予約制

電話予約受付：産婦人科外来 平日 午前9時~12時、午後1時~4時

☎0164-22-1101



## 9. 乳幼児健診について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

乳幼児期の健やかな成長・発育の確認、望ましい生活習慣の情報提供など保護者さんが安心して育児を楽しめるよう小児科医・歯科医師などによる総合的な乳幼児健診を行っています。

### 乳児健診

\*対象月齢\*

4～5か月児、7～8か月児、10～11か月児（1歳までに3回）



### 1歳6か月児健診

\*対象\* 1歳6～8か月児

### 3歳児健診

\*対象\* 3歳1～3か月児

\*健診日\* 4月、6月、8月、9月、12月、2月 年6回  
(詳しい日時は別紙の事業日程をご覧ください。)

\*場所\* 老人福祉センター（役場東側隣）

\*ご案内\* 健診日の3週間前頃に問診票などを個別通知します。

## 10. 5歳児健診について

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

秩父別町では幼児後期の健やかな成長・発育の確認、情緒・社会性・言語などの発達、また、望ましい生活習慣の整えなど就学前の総合的な5歳児健診を行っています。

\*対象年齢\* 5歳0～5か月児

\*健診日\* 3月、10月 年2回  
(詳しい日時は問い合わせください。)

\*場所\* 認定こども園くるみ（年中組）  
※ 保健師がこども園に出向きます。

\*ご案内\* 健診日の3週間前頃に問診票などを個別通知します。



## 11. 乳児期の予防接種を受けましょう 【窓口】 役場住民課健康推進係 担当：保健師

感染症やその合併症からお子さんを守り、また地域での流行を予防するためにもワクチンを受けましょう。普段のお子さんの状態をよく見て体調の良い時に計画的に受診ください。

### 定期予防接種

～国が積極的に接種を勧奨する予防接種

#### \* 予防接種の種類 \*

- ◇ **ロ タ** ～ ロタウイルスの感染を予防します。  
6週～32週まで 2～3回接種
- ◇ **ヒブ (Hib)** ～ Hib 細菌が原因の髄膜炎、肺炎等を予防します。  
生後2か月から受けられます。  
初回時期に3回 (3～8週の間隔)、追加接種 (1年後) の計4回。
- ◇ **小児肺炎球菌** ～ 肺炎球菌が原因の髄膜炎、肺炎等を予防します。  
生後2か月から受けられます。  
初回時期に3回 (3～8週の間隔)、追加接種 (60日以上あけ生後12～15か月) の計4回
- ◇ **B 型肝炎** ～ B型肝炎を予防します。  
生後すぐから1歳までに受けましょう。
- ◇ **4種混合** ～ ポリオ、ジフテリア、百日咳、破傷風を予防します。  
初回時期に3回 (20～56日の間隔)、追加接種 (12～18か月後) の計4回。  
初回接種は生後2か月から1歳までに受けましょう。
- ◇ **B C G** ～ 結核を予防します。生後5～8か月が標準的期間です。  
1歳までに受けましょう。  
1回の接種。次の予防接種は1か月あける。
- ◇ **M R** ～ 麻疹 (はしか)、風疹を予防します。  
1歳～2歳までに1回の接種【I期】  
小学校就学前1年間 (年長組) に1回の接種【II期】  
次の予防接種は1か月あける。
- ◇ **水ぼうそう** ～ 水痘 (みずぼうそう) を予防します。  
1回目：生後12か月～15か月のまでの間  
2回目：1回目の接種後6～12か月後  
※3歳未満まで定期予防接種
- ◇ **日本脳炎** ～ 日本脳炎を予防します。 3歳から接種開始  
I期：初回接種に2回 (3歳)、追加接種1回 (4歳)  
II期：1回 (9歳)  
※北海道ではH28.4月より定期接種開始  
接種対象児：6か月～20歳未満 (7歳6か月～9歳未満は任意)

無料です



## 任意予防接種

～個人の判断・意思によって接種をうける予防接種  
秩父別町ではお子さんの健康を願い**全額助成**しています。

### \*予防接種の種類\*

- ◇ **おたふくかぜ**～ 耳下腺が腫れるおたふく風邪を予防します。  
1歳～就学前まで 2回まで助成
- ◇ **インフルエンザ**～ 流行性のインフルエンザを予防します。  
生後6か月から受けられます。  
2回（概ね1か月あける）の接種。  
毎年10月15日～12月31日の期間のみ。
- ◇ **水ぼうそう**～ 水痘（水ぼうそう）を予防します。  
3歳～就学前まで 2回まで助成
- ◇ **B型肝炎**～ B型肝炎を予防します。  
1歳から就学前まで 3回まで助成
- ◇ **日本脳炎**～ 日本脳炎を予防します。  
20歳未満で定期接種対象外となる者



これら3つの予防接種は通常、定期予防接種となりますが、各々、左記の対象年齢に該当する場合、任意予防接種として全額助成で接種することができます。

## 定期予防接種

## 任意予防接種

### \*接種可能医療機関\*

- ◇ 秩父別町立診療所  
月～金曜日 午前9:00～11:30、午後1:30～4:30  
事前予約が必要 電話 33-3110
- ◇ 深川市立病院  
毎週水曜日 午後1:00～4:00  
事前予約が必要 電話 22-1101
- ◇ 深川市立 納内診療所  
月～金曜日 午前9:00～11:30  
事前予約が必要 電話 34-6801
- ◇ 津田こどもクリニック病院  
診療時間内随時

同時接種も可能です

### \*持ち物\*

- ① 母子健康手帳
- ② 健康保険証



## 12. 楽しく学ぶ育児講座

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

乳幼児期のカラダやココロの成長や望ましい生活習慣の情報提供など保護者さんが笑顔で育児を楽しめるような講座を行っています。子育て支援センターとの共催です。

### 子育て講座

#### \*内 容\*

乳幼児期のカラダやココロの発達を促す接し方、遊び方等、育児の見通しをもてるようなお話しやお子さんと一緒に体遊びをします。

#### \*実施時期\*

年 2 回

(詳しい日時は 1 か月前に子育て支援センターからお知らせがあります。)

#### \*場 所\*

子育て支援センター (ファミリースポーツセンター内 町民研修センター:1 階体育館奥)

### はっぴい～ママ♡ほっと Cooking ♪

#### \*内 容\*

乳児期の離乳食の調理実習を通して、料理の楽しさ、おもしろさ、そしてちょっとしたコツを体験できます。

#### \*実施時期\*

年 2 回

(詳しい日時・場所などは 1～2 か月前に子育て支援センターからお知らせがあります。)

託児の保育士さんがいるので  
お子さんと一緒に参加できます ♪



### ママシェフ♡Cooking ♪

#### \*内 容\*

自我が芽生える 2 歳過ぎの今だからこそ、知っておくと役に立つ食生活のポイントや簡単調理方法について学んだり体験できます。

#### \*実施時期\*

年 2 回

(詳しい日時・場所などは 1～2 か月前に子育て支援センターからお知らせがあります。)



# ちっぴべつ 子育て支援センター (ファミリースポーツセンター内)

(社会福祉協議会が町の委託を受け運営しています。)

子育て支援センターは、子育て中の親子が楽しみながら遊んだり集える場です。また、専門のスタッフが育児や子育てに関する疑問や悩みのご相談もお受けしています。

## 子育てなんでも相談

お子さんのこと、育児のこと、素朴な疑問や悩み事などの相談の場。

【日 時】 月～金曜日 9:00～12:00

## 子育てサロン

ファミリースポーツセンター内のサロン室（町民研修センター:1階体育館奥）で遊具や絵本などで自由に遊べます。

【日 時】 月～金曜日 9:00～12:00

## 子育て講座・講習

子育てに関することやおかあさんのリフレッシュできる講座や講習会です。

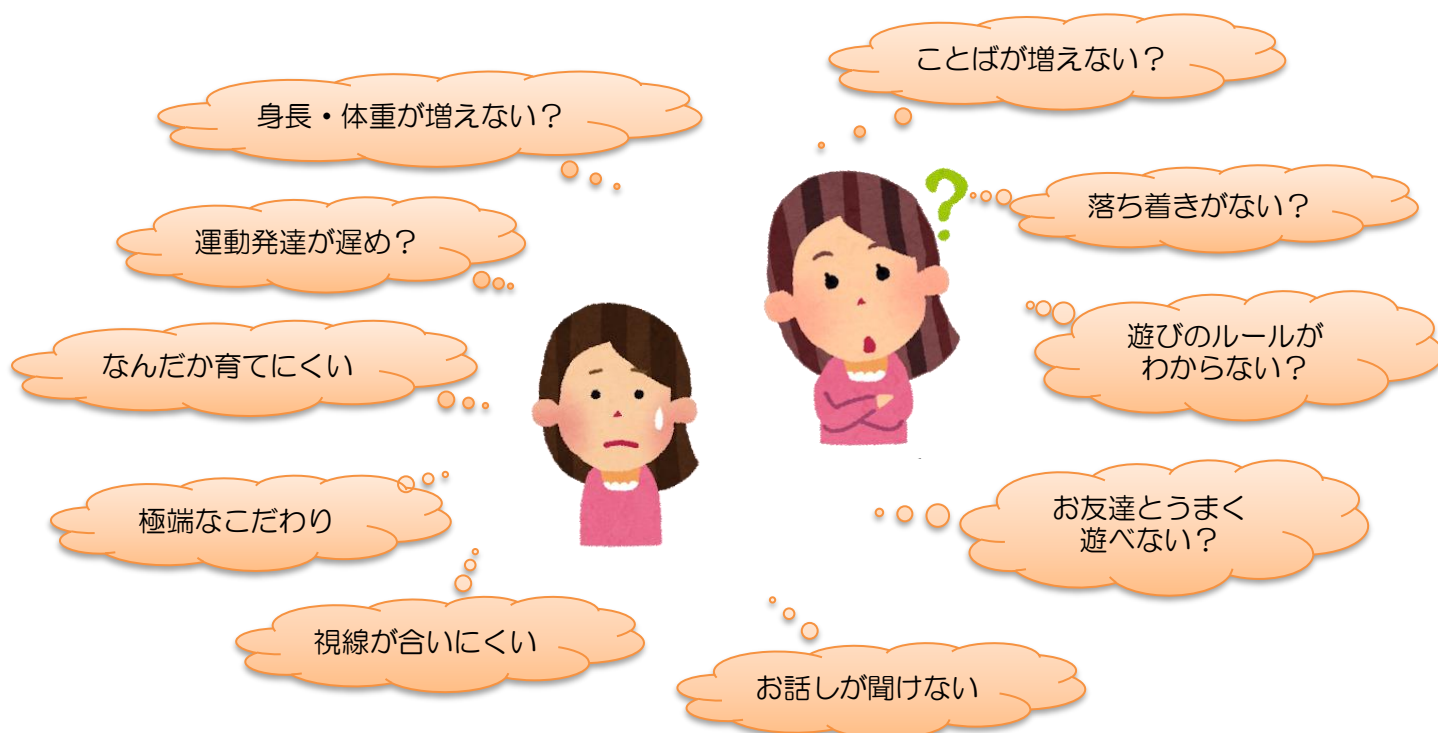
【日 時】 月1回 水曜日 10:00～11:30

【お問合せ ☎080-3293-9500】



## Ⅲ. 発達など“気がかり”を感じたら

### こんなことで心配になったら…？



まずは身近な関係者に  
相談してみるのが第一歩！  
保護者さんからの発信が大切です。

\*上記のような“気がかり”がある時は、  
まずは、お気軽にご相談ください。保健師が窓口になります。\*

☎役場 33-2111 (内線49)





## 次のような相談の機会があります。



### ☆. 乳幼児健診発達相談

【相談機関】 秩父別町住民課事業  
担当：深川療育センター相談員

お子さんの発達や子育てに関する気がかりな事を、気軽に相談できる場です。(年6回)  
相談の場所は、老人福祉センター乳幼児健診時に実施しています。  
乳幼児健診対象児以外の方でも、相談する事が出来ますのでその際は事前に保健師にお声かけ下さい。

### ☆. 巡回児童相談

【相談機関】 岩見沢児童相談所  
【相談窓口】 役場住民課健康推進係 担当：保健師

お子さんの発達など子育てに関する相談、療育手帳の相談や心理検査などができます。  
岩見沢児童相談所の児童福祉の専門員が対応します。(年2回)  
相談の場所は老人福祉センターです。

### ☆. 巡回教育相談

【相談機関】 北海道教育庁空知振興局 (岩見沢：空知振興局内)  
【相談窓口】 教育委員会 学校教育

就学の選択や進路相談など発達に気がかりなお子さんの就学にかかわる相談の場です。  
空知教育局の専門員が対応します。

# IV. 学校に入ったら

## 1. 予防接種を受けましょう

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

### 定期予防接種

感染症やその合併症からお子さんを守り、また地域での流行を予防するためにもワクチンを受けましょう。定期予防接種は、国が積極的に勧奨する予防接種です。

**二種混合(DT)** シフテリア、破傷風を予防します。(1回の接種)

＊ 対 象 ＊ **6年生** (11歳以上13歳未満)

＊ 接種可能医療機関 ＊

- ◇ 秩父別町立診療所 (4月上旬) ※指定日での接種が難しい場合は要相談  
午前9:00~11:30、午後1:30~4:30
- ◇ 深川市立病院 (毎週水曜日 午後1:00~4:00)
- ◇ 深川市立納内診療所 (月~金 午前9:00~11:30)
- ◇ 津田小児科クリニック (診療時間内随時)

無料

### 子宮頸がん予防ワクチン

＊ 対 象 ＊ **中学1~高校1年生の女子** (3回の接種)

＊ 接種可能医療機関 ＊

- ◇ 秩父別町立診療所 (午前9:00~11:30、午後1:30~4:30)
- ◇ 深川市立病院 (毎週水曜日 午後1:00~4:00)
- ◇ 津田こどもクリニック (診療時間内随時)

無料

### 任意予防接種

任意予防接種は、個人の判断・意思によってうける予防接種です。秩父別町ではお子さんの健康を願い**全額助成**しています。

### インフルエンザ

＊ 対 象 ＊

**小学1年生~高校3年生までの全学年**

(6歳以上高校3年生に相当する18歳以下)

(13歳未満は2回接種、13歳以上は1回接種)

＊ 時 期 ＊

毎年10月15日~12月31日の期間のみ

＊ 接種可能医療機関 ＊

北空知管内の病院、医院

無料

## 2. いのちのお話思春期講話

【窓口】 役場住民課健康推進係  
担当：保健師

秩父別町では、小学校・中学校のご協力のもと教育委員会と協賛で小学校から中学校まで段階的に一貫した内容で「いのちのお話し」を実施しています。次世代を担うお子さんたちが命の大切さを学んでいくことで、子ども達自身で自分の健康やカラダ・ココロを自分で守る力を養って欲しいと願っています。

### 学校の授業として

次のような内容で授業の中に取りいれています。

- 小学 2 年生～ 助産師によるお話し  
「プライベートゾーンって？赤ちゃんの生まれ方」
- 小学 4 年生～ 助産師によるお話し  
「第二性徴、赤ちゃんの生まれ方」
- 小学 6 年生～ 保健師によるお話し  
「わたし・ぼくの赤ちゃんの頃」
- 中学 3 年生頃～ 保健師によるお話し  
「赤ちゃんふれあい」



# V. パパ・ママ世代の健康管理

## 1. ハッピー～♡パパ・ママけんしんで元気確認

【窓口】役場住民課健康推進係 担当：保健師

育児に追われて毎日忙しいパパ・ママの元気がお子さんやご家族を元気にしてくれます。年に1回は自分の元気確認をしてハッピー～に過ごしましょう！

\*健診日\*

下記の各健診いずれも**住民健診**で受診できます。

**6月、10月**

(詳しい日程は別紙の事業日程をご覧ください。)

\*場 所\*

老人福祉センター(役場東側隣)

\*申込み\*

毎年、4月に「各種健診ご案内」を個別通知しています。

**わかば健新**

**無料**

20歳以上の方

ピロリ菌検査も受ける事が出来ます！

何かの病気にならないと病院とは縁遠い20～30代。普段の生活が積み重なっておきる生活習慣病は20代、30代からの予防が大切です。いつまでも元気いっぱいなパパ・ママであるためにも年1回の健康診断で体の内側の元気さを確認しましょう。

\*対 象\*

**20～30代**の方

(お勤めの方は職場の健康診断を受けてください。)

\*内 容\*

身体測定、血液検査、尿検査 など



**歯科健診**

**無料**

むし歯だけでなく、20代から歯周病が増えはじめています。歯周病はむし歯と違って“痛み”等の自覚症状がありません。いつまでも美味しく食べられるために元気な歯を保ちましょう。

\*対 象\*

**20歳以上**

\*内 容\*

歯科医師による診察と歯科衛生士によるブラッシング指導

## ママのための検診

### 子宮がん検診

無料

“マザースキラー”と言われる子宮頸がんは、最近では20～30代の若い世代に急増しています。原因はウィルスによるもので、性体験のある8割の女性が感染し、そのうち1000人に1人は発症の可能性があるといわれています。ただ、発症までには長い年月がかかりまので、“もしも？”の時も早期発見・早期治療にて完治が期待できます。秩父別町では、毎年受診できます。（国の基準は2年に1回）

\*対象\*

**20歳以上**

\*内容\*

内診、子宮頸部細胞診、経膈超音波（エコー）

### 乳がん検診

無料

女性がかかるがんで最も多い“乳がん”。30代から増え始め、40代がピークといわれています。また、早期の段階から治療すると9割の方が治るがんです。

秩父別町では、女性の健康を願って、毎年受診ができ、対象年齢も40歳以上から20歳以上に拡大しています。（国の基準は40歳以上の2年に1回）

月に1回のセルフチェックと合わせ、検診にて『安心』確認しましょう。

\*対象\*

**20歳以上**

\*内容\*

マンモグラフィー（乳房X線検査）

## 40歳以上の方は、

上記のがん検診等のほかに、次のがん検診も受けられます。

（胸部レントゲン）

（バリウム検査）

（便検査）

肺がん  
検診

胃がん  
検診

大腸がん  
検診

また、国民健康保険の方は、



わかば健診

ではなく⇒

特定健診

として

生活習慣病などを確認する健康診断が受けられます。

無料です

## 2. 人間ドックで元気確認

【窓口】役場住民課健康推進係  
担当：保健師

### \*対象\*

**30歳～39歳** 2年に1回の助成

**40歳以上** 毎年助成

- 国民健康保険の方は対象
- 国民健康保険以外で扶養家族の方は会社などからの「特定健診受診券」が必要
- お勤めの方は職場の健康診断を受けてください。

### \*内容\*

身体測定、血液検査、尿検査、心電図、血圧、診察  
胸部レントゲン、胃バリウム、便検査 など  
オプションで子宮がん、乳がん など

### \*助成金額\*

15,000円（健診料金の約1/2を町が助成）  
※受診する病院によって自己負担金額が異なります

### \*対象病院\*

深川市立病院  
旭川厚生病院  
沼田厚生病院  
旭川赤十字病院



### \*日時\*

ご自分の都合に合わせて、日程を選べます。

### \*申込み\*

毎年、4月に「各種健診ご案内」を個別通知しています。

