

産後子育てママ派遣事業をご利用ください

出産後のお母さんの体力が回復するまでの間、育児や家事の支援を必要とする家庭に対し、ヘルパーが訪問してお母さんや生まれたお子さんの身の回りの世話などを行い、お母さんが安心して日常生活を営むことができるよう支援します。

▶**対象** 市内に居住するお母さんと生まれたお子さんの介助をする方がいない家庭で、出産直後のため身の回りのことや育児・家事が困難な方

※協力できる親族がいる場合は除きます。

▶**ヘルパーの派遣期間** 病院・診療所などで出産した場合は退院の日から、そのほかの場合は出産の日から30日以内の期間

※利用可能日数は、10日間で1日あたり8時から18時までの連続する4時間以内。

※日曜、祝日、12月30日から1月5日までの年末年始は利用できません。

▶支援内容

- ・乳児のもく浴や育児
- ・食事の世話、衣類の洗濯
- ・住居などの清掃や整理整頓
- ・生活必需品などの買い物（近隣に限る）
- ・生活と育児に関する相談や助言
- ・そのほか必要な育児や家事

▶**費用** 利用される世帯の市民税などの課税区分に応じて負担額が変わりますので、事前に問い合わせください。

▶**問い合わせ** 子育てグループ (☎5634)

ペアレント・トレーニングを開催します

日時 4月中旬から毎月2回隔週土曜日10時～(全10回)

場所 かんばち先生の自然学校

・八丁平校(室蘭市八丁平2丁目47-15)

対象 発達障がいのある児童とその保護者、発達障がいにについて知りたい方

内容 発達障がいのある児童の保護者のための、子育て支援の方法を学習する講座

定員 8人(申し込み順)

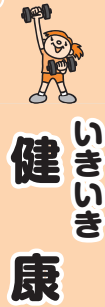
参加料 各回300円(テキスト代)

持ち物 筆記用具

申し込み かんばち先生の自然

学校・八丁平校・牧野さん

(☎080-5559919195)



短期人間ドック(平成28年度分)を受診しませんか

▶**対象** 国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している20歳以上の方で、保険料(料)を滞納していない方

※国民健康保険は、平成28年4月1日以前から継続して加入している方。

▼実施医療機関・自己負担予定額

①室蘭・登別総合健診センター (2千500円)

②日鋼記念病院 (3千円)

③JCHO登別病院 (3千円)

④三愛病院 (3千円)

▼**内容(必須項目)** 身体測定、

血圧、尿、血液、心電図、眼

底、視力、聴力、肺機能、腹

部超音波、胸部X線、便潜血、

胃バリウム(①) または胃力

メラ(②・③・④)

▼**オプション検査(無料)**

・前立腺がん検診：治療中でない50歳以上の男性対象

・乳がん検診：40歳以上で偶数月生まれの女性対象(①・②)

3月の歯科救急医療

日時	診療所・住所・電話
3月6日(日) 9時~11時	岡田歯科医院 (☎446677) 室蘭市中島町2丁目31-6
	ふかせ歯科 (☎852477) 登別市中央町2丁目16-4
3月13日(日) 9時~11時	奥村歯科医院 (☎222366) 室蘭市母恋北町2丁目4-12
	エルム歯科 (☎014255188) 伊達市末永町58-61
3月20日(日) 9時~11時	金子歯科医院 (☎442621) 室蘭市東町4丁目18-18
3月21日(月) 9時~11時	谷口歯科医院 (☎239090) 室蘭市御前水町2丁目1-16
3月27日(日) 9時~11時	グリーンデンタルクリニック (☎413118) 室蘭市八丁平1丁目49-23

問い合わせ 室蘭歯科医師会 (☎433522)

・③のみ

・子宮がん検診：20歳以上で偶数月生まれの女性対象(①・②のみ)

▼**申し込み期間** 3月8日(火)から平成29年2月28日(火)まで

※①は受診日時の指定はできません。

※医療機関の都合で、受診までに日数がかかることがあります。

※定員になり次第締め切ります。

※特定健診や健康診査、千円ドック、脳ドックとの重複受診はできません。

▼**申し込み** 年金・長寿医療G

第25回市民健康セミナー

日時 3月16日(水)15時～

場所 製鉄記念室蘭病院がん診療センター3階大講堂

内容 下肢血管の病気・脚の痛みやむくみの原因とその治療

講師 同病院血管外科医長・高井佳菜子さん

※当日、直接会場にお越しください。

問い合わせ 同病院

(☎474404)