

# ちびっこギャラリー

gallery for a kids artist



厚内幼稚園の  
チューリップ組みんな（年長組）  
お遊戯会で着た衣装に  
着替えて撮影に臨んでくれました。

## ■健診（乳幼児）

### ●乳児・1歳児健診

対象：4か月・7か月・10か月・1歳児  
場所：保健福祉センター  
日時：16日（木）対象者に別途ご案内します

### ●歯科健診・フッ素塗布

対象：1歳6か月児から小学6年生まで  
場所：保健福祉センター  
日時：9日（木）13時30分～15時30分

### ●1歳6か月児・3か月児健診

対象：満1歳6か月児・3歳児  
場所：保健福祉センター  
日時：9日（木）時間は別途ご案内します

### ●股関節脱臼検査

対象：満3か月児 場所：町立診療所  
日時：対象者に別途ご案内します

## ■予防接種（乳幼児）

### ●BCG（結核の予防）

対象：満3か月～6か月未満  
場所：町立診療所  
日時：対象者に別途ご案内します

### ●麻疹（はしかの予防）

対象：満1歳～7歳6か月未満  
場所：町内各医院 日時：7日（火）～10日（金）

### ●風疹（三日ばしかの予防）

対象：満1歳～7歳6か月未満  
場所：町内各病院  
日時：20日（月）～24日（金）

※多田医院は20日を除く

### ●三種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳の予防）

対象：満3か月～7歳6か月未満  
場所：町内各医院 日時：14日（火）～17日（金）

※上浦幌地区の方は、本別国保病院小児科でも予防接種が受けられます。2月は麻疹・三種混合です。

日時：2日（木）・9日（木）・16日（木）・23日（木）  
9時～11時、13時～14時

## ■サロン

### ●赤ちゃんサロン

対象：お母さんと赤ちゃん（満3か月頃から）  
場所：保健福祉センター  
日時：7日（火）・14日（火）・21日（火）・28日（火）  
10時30分～11時30分

### ●あそびの広場

場所：くれよん広場（保健福祉センター）  
日時：1日（水）・15日（水）9時30分～10時30分  
（事前申込が必要です。TEL 576-5533）

# 保健だより

保健福祉課保健予防係 TEL 576 - 5111

2月21日に保健福祉センターで、脳ドック教室を開催します。脳ドックは、脳血管の状態を見るMRI・MRAの他に血液検査・心電図・尿検査・眼底検査等が行われます。MRI等で発見できる主な病気は、脳動脈瘤・脳梗塞です。

脳梗塞は、高血圧・高脂血症・高血糖等によって血管が詰まり、脳へ酸素や栄養が送れず、細胞が死ぬことです。運動・言語等の障害が残ったり、意識が戻らず寝たきりになることもあります。最初に頭痛・しびれ・めまい等が出て発症します。無症状でも、血管が細くなったり、詰まっていることがあります。脳ドックで発見が可能です。脳梗塞の予防には、血液を下口下口にしないよう、食事など普段の生活で気をつけ、それでも高血圧・高脂血症・高血糖等がある場合は治療が大切です。次に脳動脈瘤は、脳の動脈にできるこぶで、脳出血の一番の原因です。こぶが大きくなると破裂し脳出血を起します。動脈瘤のでき

## 脳ドック教室の開催

やすい所は、心臓や呼吸等を司っている大切な部分の側です。原因の多くは高血圧で、血管に圧がかかってこぶができ、さらに高い状態が続くとこぶが大きくなって破裂し、出血します。動脈瘤の予防は血圧のコントロールが重要ですが、できたこぶを破裂させないよう手術してクリップで留めることができます。脳動脈瘤は早期発見することで、脳出血を予防できます。

脳ドックを受診するには、脳ドック教室の受講が必要です。ご希望の方は電話でお申し込みください。脳ドックは、脳血管に異常がない方でも、血液検査から血管の状態を予測することができ、ご自分の体を知る機会になります。町では脳ドックを受けられた方には、後日、血液検査の見方等の結果説明会を実施していますので、併せて参加ください。



小林歩美保健師

# 町長室から

## 協働のまちづくりを实践

18年度の予算編成に取り組んでいます。現時点（1月18日現在）で約2億円の財源不足が生じています。乾いた雑巾をなお絞る作業から、その雑巾を小さく切る作業に。今後さらに事務事業の見直しをします。歳入に関しては、ここ数年で自主財源の確保という観点から全ての使用料・手数料を見直し、皆さんの負担は限界を超えているのかもしれない。しかし、財政健全化に向けた強い意志と、ここで堪えれば将来を担う子どもたちに未来を残せるという思い、「私だけが負担している」ではなく、負担に公平感があればこそ皆さんは堪えてくれると感じています。

過日、スケート少年団の父母の皆さんに造成していただいた町民スケートリンクについて、大きく新聞報道がされています。昨年は野球場、アイスアリーナなどの体育施設、花壇造成や福祉施設でのボランティア活動など各団体・個人でご協力をいただきました。こういった皆さんの協力は、厳しい財政を乗り切る手段となり、一方で地域一体のまちづくりを進展させる可能性を秘めていると書かれています。

自治体経営の方策として盛んに使われている「協働のまちづくり」という言葉ですが、皆さんが最も分かりやすいかたちで実践してくれていると感じています。また、財政的な効果はもちろんです。教育的見地から見ても明日を担う子どもたちが、皆さんの後姿・背中をしつかりと見ています。皆さんが懸命に作業する姿は必ず子どもたちの心に伝わり、健全な精神が育まれていくと思っております。皆さんと行政が一体となりこの厳しい時代を乗り切っていきたいと考えています。

浦幌町長 八木 忠宏

### ■ Pick up BOOK

- 家で看取るということ  
(川越厚、川越博美著)  
死が間近に迫った状況でどうすれば最後まで自分らしく家で過ごすことができるか。その具体的な手順を説く本。在宅ホスピスケアの開拓者が語る。



- 生協の白石さん (白石昌則著)
- 「家をつくる」ということ (藤原智美著)
- 家事らくらく便利帳
- まんげつによるに(木村裕一著)

### ■お話し会 毎月第2土曜日

- 読み聞かせ教室 2月18日(土)  
釧路市で童話と絵本の専門店「プー横丁」を運営している鈴木千恵さんの読み聞かせ教室を開催します。ぜひ、親子でご参加を。

### ■映画会 13時30分～

- 王様の剣 2月4日(土)
- 駅 STATION 2月5日(日)
- ぞうのババール 2月18日(土)
- 風の又三郎 2月19日(日)

### ■巡回読書相談

- 2月14日(火) 吉野・厚内公民館
- 2月21日(火) 上浦幌公民館
- ※図書館では、本のリクエストをお待ちしています。

# Book

図書館だより



道川靖雄司書

- TEL 576-5833
- FAX576-5834
- ホームページアドレス  
<http://www.library.ne.jp/raporo21/>
- メールアドレス  
raporo21@urahoro.jp

## うらほろ野鳥図鑑

No. 98 ヌキホオジロ (ホオジロ科)

L16 冬鳥  
スズメより少し大きい。頭部、胸、腹、腰が白い。背は灰色で黒い斑がある。

- フィールドノート 2月豊北  
冬は寒い。雪かきもイヤだ！  
…しかし寒くならなければ、雪が降らなければ、出会えない鳥がいる。ようこそ、浦幌へ!!

by トリオばさん

