

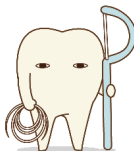
がん検診

年度内最後の検診です

今年度最後の検診になります。詳しくは、広報5月号に折り込みした「令和4年度集団検診年間スケジュール【保存版】」をご覧ください。

受付中



検診名	日程	受付時間
住民検診 胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、肝炎ウイルス、エキノコックス症、ピロリ菌、特定健診、後期健診  検診を受けた方を対象に、虫歯や歯周病予防となるデンタルフロスや歯間ブラシの使用方法などをお伝えします。	2月4日(土)	6時00分～11時00分
子宮・乳がん検診 子宮がん(頸部細胞診)、経膈超音波検査、HPV検査、マンモグラフィ検査、乳房超音波検査(40～49歳の方限定)	2月19日(日)～20日(月)	①8時30分～11時00分 ②12時30分～13時30分 ※20日は子宮がん検診が午前中のみとなります。

検診会場：保健福祉センター(静内緑町4丁目5番1号 ※町立静内病院併設)

電話予約のほか、インターネットからも予約できます。

新ひだか町 検診 申込み

Google や Yahoo などの検索エンジンに上記を入力し、検索してください。



町公式ホームページ予約サイト(QRコード)

※各検診日の1週間前からは、電話のみの受け付けになります。

【予約先(問合せ)】 保健福祉センター健康推進課 ☎42-1287

DVD「いきいき新ひだか体操」配布

「フレイル」という言葉を聞いたことがありますか？筋力や認知機能、社会とのつながりが低下した状態のことを指します。進行すると、やがて介護が必要な状態になってしまいます。

フレイル予防のために必要なこと

- ①低栄養を防ぐこと
- ②運動習慣をつけること
- ③社会参加すること

町では、フレイル予防に効果的で自宅でも簡単に取組めるDVD「いきいき新ひだか体操」(約40分)を作成し、希望者に配布しています。体操は、椅子に座ったままで気軽にできます。

1年間体操を続けている団体では、1年後には、**バランス能力が大幅にアップ**し、転びにくい体に変化しています。自治会や老人クラブなどの団体で体操に取り組みたい場合は、体操の説明や体験会を行うこともできますので、お問合せください。



動画も公開しています(QRコード)

【問合せ】 保健福祉センター健康推進課 ☎43-1111

2月 健診・相談



行事	とき・ところ
幼児健診 ●1歳6か月児 ●3歳児	9日(木) 12時20分～ 保健福祉センター
乳児健診 ●4、10か月児	16日(木) 12時20分～ 保健福祉センター
子育て相談(要予約) ●就学前まで	16日(木) 15時00分～16時00分 保健福祉センター
フッ素塗布	21日(火) 13時00分～16時30分 22日(水) 9時00分～11時00分 13時00分～16時30分 保健福祉センター

詳しくはお問合せいただくか、町公式ホームページでご確認ください。なお、健診日程などが延期または変更になる場合は、別途通知します。



【問合せ】 保健福祉センター健康推進課 ☎42-1287

すこやか



かまだ こうのすけ くん(3歳)



ぬのむら あまね ちゃん(4歳)



むらた りこ ちゃん(6歳)



よしだ まさき くん(6歳)

2月 温泉バス運行表(静内地区)

地区	運行日
中野町(3丁目を除く) 旭町(新生自治会地区、公住地区を除く) 神森(第2自治会地区を除く) 目名 静内駅周辺	7日(火)、28日(火)
清水丘 中野町3丁目 神森第2自治会地区 旭町新生自治会地区 旭町公営住宅地区	8日(水)、22日(水)
田原・豊畑	9日(木)、21日(火)
市街地・真歌・入船町	2日(木)、3日(金)、 10日(金)、16日(木)、 17日(金)、24日(金)
川合・西川	3日(金)、17日(金)
春立・東別・東静内・浦和	1日(水)、15日(水)
御園・農屋・桔梗親和	9日(木)、21日(火)

- 市街地の方は前半1回、後半1回の月2回の利用です。
- 温泉を無料で利用するには、温泉入館料無料券が必要です。
- 温泉バスは、65歳以上の方が利用できます。
- 時刻・運行経路は、静内庁舎福祉課までお問合せください。(☎49-0286、FAX43-3900)

2月 コミュニティバス運行表(三石地区)

地区	曜日	方面	運行日
稲見・川上・清瀬・歌笛・庄内・谷地・美野和の一部・本桐・梟舞	月	静内	6日、20日
		浦河	13日、27日
稲見・川上・清瀬・歌笛市街・久遠・本桐・梟舞・東蓬萊	火	静内	7日、21日
		浦河	14日、28日
稲見・歌笛・谷地・本桐・蓬萊・富澤・豊岡・西蓬萊・旭町団地・緑ヶ丘公営住宅	水	静内	8日、22日
		浦河	1日、15日
福畑・富澤・豊岡・西端・越海町・港町・本町	木	静内	9日
		浦河	2日、16日
美野和・歌笛市街・久遠・本桐シユム口・福畑・豊岡・西蓬萊・旭町団地	金	静内	10日、24日
		浦河	3日、17日

- 静内方面は「静内温泉」を、浦河方面は「みついし昆布温泉蔵三」を経由します。
- コミュニティバスはどなたでも利用できます。
- 時刻・運行経路は、三石庁舎地域振興課までお問合せください。(☎33-2111)
- 乗車時に降車場所をお知らせください。