すこやか

あかいし さら ちゃん（2歳）

ふじもと かえで ちゃん（3歳）

きたうち あき ちゃん（5歳）

せんぼくや ゆか ちゃん（6歳）

9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	7日㈭ 12時30分～	保
乳児健診 ● 4・10か月児	28日㈭ 12時30分～	保
乳幼児健診	14日㈭ 13時00分～	総
子育て相談 （要予約） ● 就学前まで	28日㈭ 15時00分～16時30分	保
フッ素塗布	26日㈫ 13時00分～16時30分	保
	27日㈬ 9時00分～11時00分	保
	13時00分～16時30分	保

【問合せ】 保健福祉センター健康推進課 ☎42－1287

※保 ～保健福祉センター
※総 ～総合町民センター

← 町公式ホームページ「乳幼児健診日程など」はこちら

※健診日程の延期・変更は、別途通知します。

9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	12日㈫、28日㈭
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	13日㈬、27日㈬
田原・豊畑	5日㈫、26日㈫
市街地・真歌・入船町 ※前半1回、後半1回の月2回まで利用可能。	1日㈮、7日㈭、14日㈭、15日㈮、21日㈭、29日㈮
川合・西川	8日㈮、22日㈮
春立・東別・東静内・浦和	6日㈬、20日㈬
御園・農屋・桔梗親和	5日㈫、26日㈫

- 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）

9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・鳧舞	月	静内	4日
		浦河	11日、25日
稲見・川上・清瀬・歌笛市街・久遠・本桐・鳧舞・東蓬莱	火	静内	5日、19日
		浦河	12日、26日
川上・稲見・歌笛・谷地・本桐・蓬栄・富澤・豊岡・西蓬莱・旭町団地・緑ヶ丘公営住宅	水	静内	6日、20日
		浦河	13日、27日
福畑・富澤・豊岡・西端・越海町・港町・本町	木	静内	7日、21日
		浦河	14日、28日
本桐・美野和・歌笛市街・久遠・本桐シュムロ・福畑・豊岡・西蓬莱・旭町団地	金	静内	8日、22日
		浦河	1日、15日、29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。**

秋の住民検診受付中 ～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～

9月は健康増進普及月間！

秋の住民検診を受け付けています。がん検診と併せて特定・後期検診を受けて、健康状態を確認しましょう。
また、9月24日から9月30日は結核予防週間です。結核は肺がん検診でも発見することができます。

会場	日程	検診受付時間
総合町民センター	10月21日㈯ 10月22日㈰	7時00分～10時00分
保健福祉センター	11月17日㈮ 11月18日㈯ 11月19日㈰ 2月3日㈯	7時00分～11時00分

【検診内容】
- 胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診
- 肝炎ウイルス検診
- エキノコックス症検診
- 特定・後期健康診査
- ピロリ菌検査
- 肺がんCT
- 内臓脂肪検診

特定健診は、国民健康保険加入者、または協会けんぽ被扶養者（家族）が対象です。

集団検診会場で特定健診を受ける方は
『歯援プログラム』の対象です！
質問紙に答えるだけで、あなたのお口の状態にあったアドバイスが健診結果と一緒に届きます！

10月・11月の受診者は自宅でできる唾液検査も！

ウェブ予約はこちらから→
新ひだか町 検診 申込み

【問合せ・申込み】 保健福祉センター健康推進課 ☎42－1287

「自殺予防週間」 ～大切な命を守るためにあなたができること～

9月10日から16日は自殺予防週間です。
図書館本館・分館では、8月26日から9月18日の期間中、メンタルヘルス関連書籍の展示を行っていますので、お立ち寄りください。

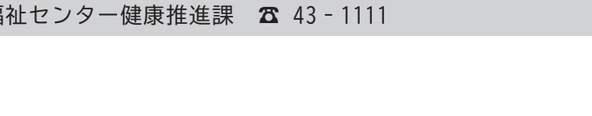
こころの健康に関するリーフレット配布や書籍紹介など！

こころの体温計で メンタルヘルスチェック！

体調が悪いときは熱を計るように、「こころ」が疲れているときは「こころの体温計」で何度でもチェックしてみましょう。

★新ひだか町「こころの体温計」へのアクセスはこちらから→

誰にも話せないことを話せる場所があります



そんな思い、ひとりで抱え込まず相談してみませんか？

周りに悩んでいる人がいたら…

追い詰められて悩んでいる人がいたら一声かけてみてください。
「ひとりきりじゃない」と思えることで気持ちが軽くなることもあります。
専門家へつなぐことが必要と感じたら、相談窓口を紹介しましょう。

★相談窓口の一覧は町公式ホームページから→

【問合せ】保健福祉センター健康推進課 ☎42－1287

認知症サポーター養成講座開催

高齢者のうち、約5人に1人が発症すると言われている認知症について、認知症患者を支える側の人にも理解を深めてもらうため、認知症サポーター養成講座を開催します。

とき：9月21日㈭ 10時00分～11時30分
ところ：保健福祉センター
内容：認知症の種類や症状、予防、認知症の方に接するときのポイントなど

このほか、自治会や老人クラブなどの集いの場での講座の開催、子どもを対象とした講座の開催、休日・夜間の講座の開催など、希望があれば対応可能です。ぜひ、お気軽に担当窓口までご連絡ください。

【問合せ・申込み】 保健福祉センター健康推進課 ☎ 43－1111