

検査・健診・相談 1月

| 会場 | 行事 | 実施日・時間 | 対象 |
|---------------------------------------|--|---|---------------------------|
| 静内保健福祉センター ☎42-1287 (内線7205731) | 1歳10か月児健診 | 10日(木) ・8時45分～10時30分 | 23年3月生 |
| | 3歳児健診 | 10日(木) ・12時30分～13時30分 | 21年11月生 |
| | 4か月児健診 | 24日(木) ・12時30分～13時30分 | 24年9月生 |
| | 7か月児健診 | 24日(木) ・8時45分～10時30分 ※ブックスタート事業により、絵本をお渡しします。 | 24年6月生 |
| | 12か月児健診 | 24日(木) ・8時45分～10時30分 ・12時30分～13時30分 | 24年1月生 |
| | 歯科健診 | 8日(火) ・12時40分～13時30分 | 23年6月生 22年1月生 |
| | フッ素塗布 | 29日(火) 30日(水) ・9時00分～11時30分 ・13時00分～16時30分 | 18年～23年6月生 18年～22年12月生 |
| 両親学級 | 18日(金) ・19時00分～21時00分 ※1月16日(木)までの申込みが必要 | 町内にお住まいの初妊婦とその夫 定員 8組 | |
| 健康相談 (保健師 栄養士 歯科衛生士) | 毎週月曜日～金曜日 ・9時00分～17時00分 | 乳幼児からお年寄りまで | |
| 三石保健センター ☎33-2233 | 1歳6か月児健診 | 9日(水) ・12時00分～13時00分 | 23年5月15日～ 23年7月9日生 |
| | 3歳児健診 | | 21年11月15日～ 22年1月9日生 |
| | フッ素塗布 | 16日(水) ・13時30分～17時00分 | 2歳～6歳6か月児 |
| ☎42-0251 静内保健所 | 健康相談 (保健師) | 毎週月曜日～金曜日 ・9時00分～17時30分 | 乳幼児からお年寄りまで |
| | こころの健康相談 | 11日(金) ・13時30分～15時30分 ※1月7日(木)までの申込みが必要 | 精神的な不安、 悩みのある方 |
| | 女性の健康相談 | 23日(水) ・13時00分～16時00分 ※前日までの申込みが必要 | 不妊・思春期・更年期等心身の悩みがある女性 |

※上記の日程は変更になる場合があります。乳幼児健診及びフッ素塗布の対象の方には郵便でお知らせしますので、ご確認ください。



ぶなか はるかちゃん(5歳)



かぬかさわりのちゃん(5歳)



さとう ゆなちゃん(5歳)



なりた こうたくん(4歳)

あじやが

離乳食教室のお知らせ

お子さんのご誕生おめでとうございます！母乳やミルクを飲んで、すくすくと育っている赤ちゃんも5～6か月になると離乳食を開始する時期になります。初めての離乳食を楽しくお子さんと進められるように、簡単に学び、食べる楽しさを体験させてあげましょう！

とき 1月17日(木) 13時20分～15時00分
ところ 静内保健福祉センター2階栄養指導室
対象 町内にお住まいで、第1子が4～6か月の保護者

定員 10名(先着順)
参加費 無料
内容 ・離乳食開始の赤ちゃんからのサイン
・簡単な離乳食の調理実習と試食
・個別相談や体重測定等

持ち物 エプロン、お子さんの外出に必要なもの
※実習時、託児がありますが、必要な方はおんぶひもを持参して下さい。
申込み 1月15日(火)までにセンター窓口又は電話でお申込み下さい。

問合せ(申込先) 静内保健福祉センター
☎42-1287

ふるさとミュージアムコンテンツ

静内郷土館 ☎42-0394
アイヌ民俗資料館 ☎43-3094
三石郷土館 ☎33-2111
HP <http://www.1ocn.ne.jp/~sibchari>
E-mail sibchari@juno.ocn.ne.jp

ミュージアムレポート

郷土館おやこ塾

化石を取り出そう！



齊藤登さん(静内旭町)を講師に迎え、両地区で計33組67名の親子が化石のクリーニング作業に挑戦しました。参加者は講師の話に耳を傾けながら、金づちとたがねを使い、アンモナイトや貝の化石を含む岩石を相手に、約2時間、熱心に作業に取り組みました。

静内地区：11月4日(日)
ピュアプラザ
三石地区：11月17日(土)
町福祉センター

町内博物館のご案内

☉=開館時間

☎=休館日

※入館料は無料

(下段は年末年始の休館)

静内郷土館

☉9時00分～17時00分
☎月曜/祝日の翌日
12月31日(月)～1月5日(土)

三石郷土館

☉10時30分～17時30分
☎日曜/月曜/祝日の翌日
12月30日(日)～1月5日(土)

アイヌ民俗資料館

4月30日(月)まで
冬季休館します

ピュアプラザ町民ギャラリー

☉9時00分～21時00分
☎毎月第2・第4月曜
12月31日(月)～1月5日(土)
※12月30日(日)は17時00分まで

図書館だより

静内図書館 ☎42-4212
三石図書館 ☎33-2051

静内図書館新着情報

- 歓喜の子 上・下/天童荒太
- 卑怯を映す鏡(管見妄言)/藤原正彦
- カメラが撮らえた明治・大正・昭和皇族と華族
- 北海道集治監勤務日記
- 発酵食品を使った美味しい鍋レシピ
- 特命戦隊ゴースターズ完全ずかん [CD]
- 愛の夢 ～牛田智大デビュー～/牛田智大
- Popcorn/嵐
- LEO/家入レオ
- OPUS ～ALL TIME BEST 1975-2012～/山下達郎
- Force / Superfly
- 鳥羽一郎全曲集～旅枕・我慢船/鳥羽一郎

三石図書館新着情報

- 旅猫リポート/有川浩
- まりしてん閨千代姫/山本兼一
- 脳梗塞の防ぎ方・治し方 イラスト版
- facebook活用術/佐々木和宏
- いま人気の札幌グルメベスト・セレクション'13 [児童書・絵本]
- はじめての古事記/竹中淑子
- ギネス世界記録2013/クレイグ・グレンディ
- 学研まんがNEW日本の歴史 1～12巻
- パンやのろくちゃん だからね

※新着図書等は上記以外にもたくさんあります。ぜひ図書館にお越し下さい！

● 1月の休館日 ● 静内図書館 → 7/14/21/28日(☎) 三石図書館 → 13/14/20/21/27/28日(☎☎)

うま倶楽部にゆうす

☎ピュアプラザ町民ギャラリー☎

第9回企画展 日高災害誌 開催中

特集 「昭和30年7月4日水害」

「水害の写真がもっと見たい！」との要望が多く、このたび、展示写真の一部を入れ替えました。



寸断された豊畑大橋
(御園郵便局舎水害写真集より)

1月の読み聞かせ

※おはなしつくしんぼ※
とき 12・19・26日(土) 10時30分～
ところ 女性センター・みらい託児室

※赤ちゃん絵本の読み聞かせ※
1月はお休みです

※はまなす文庫※
とき 25日(金) 14時30分～
ところ 三石図書館えほんのへや

※おはなしたんぼぼ※
とき 12・19・26日(土) 13時00分～
ところ 三石図書館えほんのへや

静内図書館 冬休み子どもスクール

つくって食べよう!! 冬にあったか手打ちパスタ

とき 1月18日(金) 10時30分～13時30分
ところ 女性センター・みらい
対象 町内にお住まいの小学4～6年生
定員 20名(先着順)
参加料 無料
申込み 静内図書館にある申込用紙に記入し、直接申し込んで下さい

受講者募集!

年末年始特別休館

静内図書館 12月29日(土)～1月5日(土)
三石図書館 12月30日(日)～1月7日(月)

住民検診受付中！！

申込方法 >> 下記、申込先の窓口又は電話でお申込み下さい

【申込先】 静内保健福祉センター ☎42-1287 【受付時間】 9時00分～17時00分 【申込期限】 2月12日(火)

申込みでは、次のことをお願いします

- ①氏名・生年月日・電話番号 ②検診種類と希望日時 ③生活保護世帯該当の有無

検診会場・日時・内容・料金

【検診会場】 静内保健福祉センター 【検診日程】 2月17日(日) 【検診受付時間】 6時00分～9時00分までの6段階

| 検診名・検診内容 | 料金 | 対象者 | |
|------------|--------------------------|----------------|--|
| 特定健診 | 血液検査(糖・脂質・肝機能)、尿検査、血圧測定、 | 1,500円 | 新ひだか町国民健康保険に加入している40歳以上の方 |
| 後期健康診査 | 身体計測、診察 | 500円 | 長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に加入している方 |
| 胃がん検診 | 胃バリウム検査 | 1,900円 | 満40歳以上の町民の方 |
| 肺がん検診 | 胸部レントゲン検査 ※喀痰(かたん)検査 | 600円 1,200円 | 満40歳以上の町民の方 ※喀痰検査は検診当日に申し込みを受け付けします |
| 大腸がん検診 | 便潜血反応検査 | 700円 | 満40歳以上の町民の方 |
| 肝炎ウイルス検診 | 血液検査 | 900円 | 満40歳以上の町民の方 ※今まで肝炎ウイルス検査を受けたことがない方 |
| エキノコックス症検診 | 血液検査 | 300円 | 小学3年生以上の町民の方 ※5年以内に受けていない方 |
| 前立腺がん検診 | 血液検査 | 2,000円 | おおむね50歳以上の町民の方 |

※年齢は平成25年3月31日現在です。

※胃・肺・大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診は、昭和47年4月1日～昭和48年3月31日生まれの方と生活保護世帯の方は無料です。

※大腸がん、肝炎ウイルス検診は、国の推進事業対象の方は無料です(対象の方には5月に無料クーポン券・助成券を送付しています)。

※特定健診、後期健康診査については、新ひだか町国民健康保険に加入している方、75歳以上の方、生活保護世帯以外の方は、ご加入の医療保険者より指定された機関で受けて下さい。

※がん検診は医療保険の種類にかかわらず、従来どおり受けることができます。

※町の助成により、町内医療機関でも集団検診と同じ料金で各検診を受けることができます。希望される方には、助成券を発行しますので、下記までご連絡下さい。

問合せ先 >> 静内保健福祉センター ☎42-1287

北海道対がん協会札幌がん検診センターへ無料送迎バス運行

乳がん・子宮がん検診受付中！！

医療機関での個別検診のほかに、北海道対がん協会・札幌がん検診センターで婦人科検診を受けることもできます

会場 北海道対がん協会 札幌がん検診センター(札幌市東区)

*検診当日は対がん協会の**無料送迎バス**が出ます。

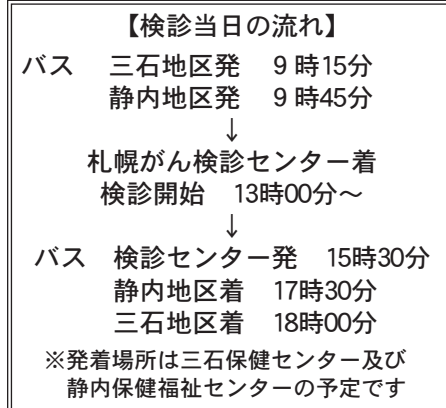
| 日程 | 日程 | 定員 | 申込期間 |
|----------|-----|-------------------------------------|------|
| 2月19日(火) | 24人 | 1月7日(月)～2月5日(火) ※定員になり次第、締め切ります | |
| 2月28日(木) | 24人 | 1月7日(月)～2月14日(木) ※定員になり次第、締め切ります | |

●バスを往復利用される方が対象です。

●子宮がん検診のみを受ける場合は、待ち時間が長くなりますのでご了承下さい。

●申し込み人数が10人未満の場合、検診が取りやめになることがあります。その際、申し込まれた方については、別日に移動していただくこととなりますのでご了承下さい。

●乳がん検診又は子宮がん検診を受ける方に限り、肺がん検診(胸部レントゲン検査)と大腸がん検診(便潜血反応検査)を同日に行うことができます。希望される方は、申し込みの際に申し出て下さい。



問合せ・申込先

- 静内保健福祉センター ☎42-1287
- 三石保健センター ☎33-2233

接種はお済みですか？

麻しん風しん混合ワクチン

満1歳～満2歳未満 **小学校就学前** **中学1年生** **高校3年生** の方々が対象です！

麻しんはウイルス性の感染症です。感染力が非常に強く、感染すると重い症状が出る場合もあります。麻しんの感染を予防するためには、予防接種を受けることが最も効果的と言われています。この機会に、ぜひ予防接種を受けて下さい。

- 対象者**
- 第1期：満1歳～満2歳未満のお子さん
 - 第2期：小学校就学前のお子さん(平成18年4月2日～平成19年4月1日生)
 - 第3期：中学1年生相当年齢のお子さん(平成11年4月2日～平成12年4月1日生)
 - 第4期：高校3年生相当年齢のお子さん(平成6年4月2日～平成7年4月1日生)
 - ※乳幼児期に麻しん及び風しんの予防接種を受けた方も、第2期～第4期の接種対象となります
- 接種期間**
- 第1期：対象年齢の間
 - 第2～4期：平成25年3月31日まで
- 持ち物** 母子手帳、予診票(お手元がない場合はお問い合わせ下さい)
- 料金** 無料(接種期間中のみ ※接種期間を過ぎると接種料金は自己負担となります)
- 接種場所** 次の医療機関で直接予約をして受けて下さい。
山田クリニック、静仁会静内病院、河野産婦人科医院、中村脳神経内科クリニック、仲川内科胃腸科医院、町立静内病院、町立三石国保病院
- 問合せ** 静内保健福祉センター ☎42-1287 三石保健センター ☎33-2233

忘れていませんか？

11歳～12歳は二種混合予防接種(ジフテリア・破傷風)の対象です！

乳幼児期の接種から期間が空き忘れてしまいがちですが、この機会に忘れずに接種しましょう！

- 《対象》 ●満11歳以上～13歳未満(13歳の誕生日前日まで)で、乳幼児期に4回(少なくとも3回)二・三種混合予防接種(ジフテリア・破傷風又はジフテリア・百日せき・破傷風)を受けた方
- 接種日現在、町内にお住まいの方
- 《料金》 無料(上記対象以外は自己負担となります)
- 《持ち物》 ●予診票(お手元がない場合はお問い合わせ下さい)
- 母子手帳

次の医療機関で直接予約をして接種して下さい

- 《医療機関》 ●河野産婦人科医院 ●静仁会静内病院 ●中村脳神経内科クリニック ●町立静内病院
- 仲川内科胃腸科医院 ●山田クリニック ●町立三石国保病院
- 《問合せ》 ●静内保健福祉センター ☎42-1287 ●三石保健センター ☎33-2233

1月 救急医療機関



❖ 町立静内病院 休日・夜間時間外急病者診療 ❖

町立静内病院 ☎ 42-0181

夜間内科 (18時00分～8時00分)

7・9・14・16・21・23・28・30日 (毎週月・水曜日) *14日は祝日のため17時00分～8時00分

週末内科 (毎月第2、4土曜日13時00分～それに続く月曜日8時00分)

12・13・26・27日

日曜日昼間外科 (9時00分～17時00分)

13・27日 (毎月第2、4日曜日)

祝日内科 (9時00分～17時00分)

14日 (月)

町立静内病院 年始1月2日(水)
内科 9時00分～翌8時00分

❖ 町立三石国保病院 休日・夜間時間外急病者診療 ❖

町立三石国保病院 ☎ 33-2231

全日程

※急病・救急での受診以外はお控え願います。

※救急医療機関はテレホンガイド(☎42-7000)でもお知らせしています。

※静仁会静内病院では24時間365日、急病・救急患者の受け入れができます。
静仁会静内病院 ☎ 42-0701

1月 温泉・コミュニティバス運行表



温泉バス (静内地区)

※行き先はみつし昆布温泉『蔵三』です

| 日 | 曜日 | 地 区 |
|-------|-----|--|
| 8 | 火 | 中野町(3丁目を除く)・旭町(新生自治会地区、公営住宅自治会地区を除く)・神森(第2自治会地区を除く)・目名・春立・東別 |
| 9 | 水 | 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・旭町公営住宅自治会地区 |
| 10 | 木 | 田原・豊畑・御園・農屋・桔梗・親和 |
| 11 | 金 | 川合・西川 |
| 15 | 火 | 東静内・浦和 |
| 16～18 | 水～金 | 市街地・真歌・入船町 |
| 22 | 火 | 御園・農屋・桔梗・親和・春立・東別 |
| 23 | 水 | 中野町(3丁目を含む)・旭町(新生自治会地区、公営住宅自治会地区を含む)・神森(第2自治会地区を含む)・目名・清水丘 |
| 24 | 木 | 田原・豊畑・川合・西川 |
| 25 | 金 | 市街地・真歌・入船町 |
| 29 | 火 | 東静内・浦和 |
| 30～31 | 水～木 | 市街地・真歌・入船町 |

【温泉バスについて】

- 市街地の方は前半1回・後半1回の月2回の利用ですので、厳守願います。
- 温泉を無料で利用するには温泉入館料無料券が必要となりますので、ご注意ください。
- 温泉バスを利用できる方は、65歳以上です。
- 時刻表・運行経路については下記までお問い合わせ下さい。

問合せ 静内庁舎福祉課 ☎ 43-2111

コミュニティバス (三石地区)

| 日 | 曜日 | 行き先 |
|-------|-----|---------------------------|
| 7～11 | 月～金 | 静内方面 |
| 15～18 | 火～金 | 浦河方面 ※14日(月)は 運休します |
| 21～25 | 月～金 | 静内方面 |
| 28～31 | 月～木 | 浦河方面 |

※ 年始1日(火)～4日(金)は運休します

【コミュニティバスについて】

- コミュニティバスは年齢等の条件はなくどなたでも利用できます。
- 時刻表・運行経路については下記までお問い合わせ下さい。

問合せ 三石庁舎町民福祉課
☎ 33-2111



健康な体を手に入れる！ 健康講座 参加者募集中！

町では、運動体験や健康チェックなどの健康講座を開催しています。
冬でも屋内でできる運動をプロの先生から学ぶ機会です。ぜひこの機会に健康講座に参加して、冬を乗り切る元気な体を手に入れましょう！！
運動体験の講師は、健康運動指導士の長谷川拓介先生です。



1月21日(月)

運 動

【時 間】13時30分～15時30分
【と ころ】静内保健福祉センター
【スタッフ・講師】
健康運動指導士・保健師
【定 員】20名
【申込み】1月18日(金)まで

2月4日(月)

運 動

【時 間】13時30分～15時30分
【と ころ】静内保健福祉センター
【スタッフ・講師】
健康運動指導士・保健師
【定 員】20名
【申込み】2月1日(金)まで

3月4日(月)

運 動 ～お口の健康～

【時 間】13時30分～15時30分
【と ころ】静内保健福祉センター
【スタッフ・講師】
健康運動指導士・歯科衛生士・保健師
【定 員】20名
【申込み】3月1日(金)まで

3月15日(金)

健康チェック

【時 間】9時00分～12時00分
13時00分～17時00分
【と ころ】静内保健福祉センター
【スタッフ・講師】
保健師・管理栄養士・歯科衛生士
【定 員】30名
*時間予約制
【申込み】3月13日(水)まで

健康チェックの内容



血液サラサラチェックで自分の
体の中を見直してみませんか？

体組成測定
ミクロアイ (血液サラサラ度チェック)
血糖測定
血管年齢測定
身長・体重・腹囲測定

対 象 新ひだか町にお住まいの方
参加費 無料
持ち物 運動～飲み物(水分補給用)、動きやすい服装
問合せ(申込み)先 静内保健福祉センター ☎42-1287



ぶくぶくぶく

せんこう フッ化物洗口

むし歯予防に効果があるとされる「フッ化物洗口」が三石地区の3つの保育所で始まりました！

- 本桐保育所 10月22日～
- 青葉保育所 11月1日～
- 歌笛保育所 11月5日～



*フッ化物洗口は、口内の細菌の作用を抑える働きがあるとして、平成22年から道が推進しています。