

払い戻しの手続きはお済みですか？ 高齢者インフルエンザ予防接種

町では、昨年10月から1月末までに接種した高齢者のインフルエンザ予防接種について、対象となる方に接種料金の一部払い戻しを行っています。対象となる方は、忘れずに手続きをして下さい。

【払い戻しの対象となる方】

接種時、新ひだか町にお住まいの

65歳以上の方又は60～64歳で心臓、じん臓、呼吸器等の障がいがある方で、

- 町内指定医療機関で接種した町民税非課税世帯の方
- 町外医療機関で接種した方

上記対象者は、申請手続きにより医療機関窓口での支払い分（※一部）を返金いたします。申請手続きは**3月29日(金)まで**となっていますので、まだお済みでない方は早めに申請手続きをして下さい。

※町外で接種した方で、課税世帯の方は半額の助成です。

【申請窓口】 静内保健福祉センター

三石庁舎町民福祉課

【必要書類】

- ① 予防接種費用の領収書
- ② 接種済証
- ③ 印鑑（スタンプ式不可）
- ④ 振込み希望口座の通帳

インフルエンザ対策は日頃から行いましょう

- * 外出後は必ずうがい・手洗いをを行う
- * バランスの良い食事をとり、十分な休息・睡眠をとって、体力や抵抗力を高める
- * 換気を行い、温度・湿度を適正にたもつ

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

一生を自分の歯で食べ、豊かに暮らせるよう「歯による生活習慣」を身につけていくことが大切です

歯ッピー生活 ~口からはじまる健康な体づくり~

歯ッピーになるキーワード

覚えていただけましたか？

- 歯みがき フッ素 食生活 健診

長い人生の中で、乳歯が生え、抜け、永久歯が生え、成人してからは歯肉が衰えたりと、さまざまな変化が訪れます。このような人生の節目に歯の健康を考え、歯科健診とセルフケア（自己管理）を通じて歯とお口の健康を保つことが大切です。

ブラーク（歯垢）や糖分を取り除く「歯みがき」、強い歯をつくる「フッ素」、健康な歯を維持するための「食生活」と「健診」。

これらを心がければ、健康で楽しい歯ッピー生活が送れます。さあ、今日から始めてみましょう！

【問合せ先】 静内保健福祉センター ☎ 42 - 1287

かかりつけ歯科医院をもち、口と歯の病気を早期に発見し、治療してもらいましょう。

【新ひだか町 歯科医院一覧】

歯科医院名	所在地	電話番号
アムール 歯科	静内山手町4丁目2番2号	42-2116
笹嶋 歯科	静内吉野町2丁目3番26号	42-1471
鯨島 歯科	静内こうせい町1丁目9番18号	43-3645
田中 歯科	静内緑町1丁目2番13号	43-3434
谷本 歯科	静内吉野町1丁目2番6号	42-0604
静内ファミリー歯科	静内木場町1丁目1番69号	42-4441
中村歯科クリニック	静内御幸町1丁目3番2号	43-3011
東静内歯科診療所	東静内106番地	44-2240
山口 歯科 医院	静内御幸町3丁目1番72号	42-1486
平野 歯科 医院	静内ときわ町2丁目2番16号	42-5022
波川 歯科	三石旭町275番地	33-2010
ふなき 歯科	三石本町107番地の1	32-3301

※2月号の一覧に誤りがありました

歯科医院を受診後、歯の健康に関する相談は静内保健福祉センターと三石保健センターでも受けられます。上手に活用しましょう。



検査・健診・相談 3月

会場	行 事	実施日・時 間	対 象
静内保健福祉センター ☎ 42 - 1287	1歳10か月児健診	7日(木) ・8時45分～10時30分	23年5月生
	3歳児健診	7日(木) ・12時30分～13時30分	22年1月生
	4か月児健診	21日(木) ・12時30分～13時30分	24年11月生
	7か月児健診	21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8月生
	12か月児健診	21日(木) ・8時45分～10時30分 ・12時30分～13時30分	24年3月生
	歯科健診	6日(水) ・12時40分～13時30分	23年8月生 22年3月生
	フッ素塗布	26日(火) 27日(水) ・9時00分～11時30分 ・13時00分～16時30分	18年～23年8月生 18年～22年2月生
	両親学級	14日(木) ・19時00分～21時00分 ※3月12日(火)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	13日(水) ・12時30分～12時50分
3歳児健診			22年1月10日～ 22年3月13日生
静内保健所 ☎ 42 - 0251	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	1日(金) ・13時30分～15時30分 ※2月26日(火)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	27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。



かの りょうたくん(5歳)



あさひ いちかちゃん(5歳)



たかはぎ うた ちゃん(5歳)



いわた こうすけくん(6歳)

3すこやか

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 3月12日(火) 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 3月8日(金)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

3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)

4・6・11・13・18・20・25・27日 (毎週月・水曜日) ※20日は祝日のため17時00分～8時00分まで*

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)

9・10・23・24日

日曜日昼間外科 (9時00分～17時00分)

10・24日 (毎月第2、4日曜日)

祝日昼間内科 (9時00分～17時00分)

20日 (水)

❖ 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

3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
1	金	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
5	火	田原・豊畑・御園・農屋・桔梗・親和
6	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・春立・東別
7	木	川合・西川
8	金	市街地・真歌・入船町
12	火	東静内・浦和
13~14	水~木	市街地・真歌・入船町
15	金	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
19	火	御園・農屋・桔梗・親和
21	木	田原・豊畑・春立・東別
22	金	市街地・真歌・入船町
26	火	川合・西川
27	水	市街地・真歌・入船町・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
28	木	市街地・真歌・入船町
29	金	東静内・浦和

【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
1	金	浦河方面
4~8	月~金	静内方面
11~15	月~金	浦河方面
18~22	月~金	静内方面 ※20日(休)は 運休します
25~29	月~金	浦河方面

【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



無料検診対象の方

受け忘れはありませんか？

有効期限 (3月31日) がせまっています！

- 大腸がん・乳がん・子宮がん検診の無料クーポン券
- 肝炎ウイルス検診の無料助成券
- 40歳無料助成券

上記の対象となる方に、5月上旬に無料クーポン券・助成券を送付しています。券の有効期限は3月31日までとなっています。有効期限近くは大変混み合いますので、お早めにご利用下さい。詳細については、送付した文書をご覧ください。無料クーポン券・助成券を紛失した方は再発行しますので、下記のお問い合わせ先にご連絡下さい。

【検診を受けることができる機関】

検診機関名	検診項目・自己負担金							所在地	電話番号 (申込先)
	胃 1,900円	肺 600円	大腸 700円	肝 炎 900円	I キ ノ コ ッ ク ス 300円	子 宮 2,100円	乳 2,200円 (50歳以上) 2,600円 (40歳代)		
町立静内病院	●	●	●	●	●		●	静内緑町4-5-1	42-0181
町立三石国保病院	●	●	●	●	●			三石本町214番地	33-2231
静仁会静内病院	●	●	●	●	●		●	静内こうせい町1-10-27	42-1888
石井病院			●	●	●			静内高砂町3-3-1	42-3031
駒木クリニック	●		●	●	●			静内青柳町1-9-21	45-0123
山田クリニック			●	●	●			静内旭町1-30-27	43-0008
仲川内科胃腸科医院			●		●			静内御幸町2-4-12	42-0345
河野産婦人科医院							●	静内山手町1-5-17	43-2181
浦河赤十字病院							●	浦河町東町ちのみ1-2-1	0146-22-5111
北海道対がん協会 札幌がん検診センター	●	●	●	●	●	●	●	札幌市東区北26条東14丁目1-15	011-748-5522
札幌厚生病院	●	●	●	●	●	●	●	札幌市中央区北3条東8丁目5	011-251-5713

※札幌厚生病院では単独で各検診を受けられません。人間ドックとして受けた場合のみ、各検診を受けることができます。

検診日等の詳細については、直接医療機関へお問い合わせ下さい

◎無料クーポン券・助成券の対象以外の方も町の助成により、上記医療機関で検診を受けることができます。希望される方は、下記にお申し込み下さい。

問合せ先

静内保健福祉センター ☎42-1287

三石保健センター ☎33-2233