



検査・健診・相談8月

会場	行事	実施日・時間	対象
静内保健福祉センター （内社線720-731）	1歳6か月児健診	6日(木) ・8時45分～10時30分 ・12時30分～13時30分	H25年12月生
	3歳児健診		H24年6月生
	4か月児健診	20日(木) ・8時45分～10時30分 ・12時30分～13時30分	H27年4月生
	7か月児健診	※7か月児健診対象のお子さんはBCG予防接種があるため、8時45分～10時30分の呼び出しとなります。また、ブックスタート事業により、絵本をお渡しします。	H27年1月生
	12か月児健診		H26年8月生
	歯科健診	4日(火) ・12時50分～13時50分	H26年1月生 H24年8月生
	フッ素塗布	25日(火) 26日(水) ・9時00分～11時00分 ・13時00分～16時30分	H21～25年1月生 H21～25年7月生
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 （333-2233）	3～4か月児健診	5日(水) ・12時30分～	H27年3月11日～ H27年5月5日生
	7～8か月児健診	※7～8か月児健診対象のお子さんはブックスタート事業により、絵本をお渡しします。	H26年11月11日～ H27年1月5日生
	12～13か月児健診		H26年6月11日～ H26年8月5日生
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	
静内保健所 （42-0251）	こころの健康相談	7日(金) ・13時30分～15時30分 ※8月3日(月)までの申し込みが必要	ひきこもりや精神的な不安、悩みのある方 *予約制
	女性の健康相談	26日(水) ・13時00分～16時00分 ※前日までの申し込みが必要	不妊、思春期、更年期等心身の悩みがある女性 *予約制

※上記の日程は変更にある場合があります。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、ご確認下さい。



さとう かずみちゃん (6歳)



さとう あいりちゃん (5歳)



さかきもと つぼさくん (4歳)



あきた ゆういくん (4歳)

すこやか

8

忘れていませんか!!
11～12歳は二種混合予防接種の対象です!!
(ジフテリア・破傷風)

乳幼児期の接種から期間が空いているので忘れてしまいがちですが、この機会に忘れず受けましょう!

《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・破傷風もしくはジフテリア・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

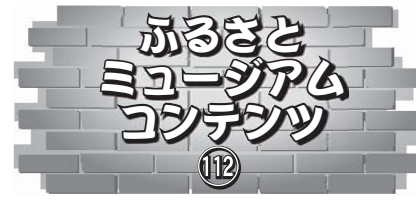
《料金》
・無料(上記対象以外は自己負担となります)

《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

下記の医療機関で直接予約をして下さい

《接種協力医療機関》
・町立静内病院
・仲川内科胃腸科医院
・中村脳神経内科クリニック
・町立三石国保病院
・静仁会静内病院
・山田クリニック

《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



新ひだか町博物館 ☎42-0394
アイヌ民俗資料館 ☎43-3094
三石郷土館 ☎33-2111
HP <http://www.shinhidaka-hokkaido.jp/>
E-mail shinhidaka-museum@car.ocn.ne.jp

ミュージアムレポート

古文書教室を開催しました

7月12日に、北海道立文書館と町博物館の共催で、古文書解説の初心者を対象に古文書教室を開催しました。この日は25名が参加し、講師の北海道立文書館主任文書専門員の石川淳さんから「はじめての古文書」と題して古文書解説の基礎を学び、敷中博物館長から「西南戦争に斃れたアイヌの青年」と題して、「開拓使文書」の調査結果を学びました。



博物館 特別展

新ひだか町図書館・新ひだか町博物館開館記念特別展「新図書館・博物館建設のあゆみ」が終了しました。たくさんのご来場、ありがとうございました。7月28日～1月28日の間、新ひだか町10年記念として、静内三石旧町ゆかりの品々で、まちの歴史をふりかえる特別展「静内三石旧町回顧展」を町博物館企画展示室で開催します。

町内博物館のご案内

博物館	アイヌ民俗資料館
10時00分～18時00分 月曜・祝日の翌日休館	9時00分～17時00分 月曜・祝日の翌日休館
三石郷土館	ピュアプラザ 町民ギャラリー
9時00分～17時00分 土曜・日曜・祝日休館	9時00分～21時00分 毎月第2・第4月曜休館

図書館だより

新ひだか町図書館
本館 ☎42-4212
三石分館 ☎33-2051

ホームページ <http://www.shinhidakalibrary.jp/> スマホ用Web-OPAC <http://www.shinhidakalibrary.jp/opac/sp/>

本館新着情報

- 君の臍臓を食べたい/住野よる
- 家庭の医療費をかしこく節約する77の方法
- 和のかごとざる クラフトバンドで始める伝統の編み方30作品
- 北海道沢登りガイド
- できる子になる! 0歳からのお手伝い
- こびと大図鑑

【DVD】

- 小さいうち ●朝ヨガ
- 銀河鉄道の夜 ●マダガスカル3
- シャーロック・ホームズの冒険 完全版20
- ちいさなきかんしゃトビーとエドワード

三石分館新着情報

- 極悪専用/大沢在昌
 - ゆらやみ/あさのあつこ
 - 下山事件 暗殺者たちの夏/柴田哲孝
 - 赤ちゃんからはじまる便秘問題/中野美和子
 - かぎ針で作る恐竜のあみぐるみ/おのゆうこ
 - 農家が教える産地のイチおし旬レシピ
- 【児童書】
●モノの数え方えほん/町田健
●小学生からはじめる伝える力が身につく本/山崎紅
- 【DVD】
●おしん 第25巻 ●アラジン

(※新着図書等は上記以外にもたくさんあります。ぜひ図書館へお越し下さい!)

8月の休館日

本館 →	3・10・17・24・31日(月) 28日(金) (資料整理日)
三石分館 →	2・3・9・10・16・17・23・24・30・31日(月・月) 28日(金) (資料整理日)

図書館本館は、毎週火曜日の開館時間を20時00分まで延長します。
※火曜日が祝祭日の場合は、18時00分に閉館します。

本館

子どもたなばた会

とき 8月1日(土) 13時30分～15時30分
ところ 図書館本館
内容 読み聞かせ、楽しいゲーム
対象 乳幼児・児童とその保護者
参加料 無料
申込み 不要



ふたりしずか朗読会

とき 8月8日(土) 13時30分～15時30分
ところ 図書館本館
演目 山崎豊子原作「船場狂い」ほか
対象 成人の方
申込み 不要

夏休み企画展示「町の特産品を調べてみよう」

8月の読み聞かせ

- おはなしつくしんぼ(幼児・低学年向け)
【日時】8・15・22・29日(土) 10時30分～
【場所】本館 おはなしのへや

- 赤ちゃんへの絵本の読み聞かせ
☆8月はお休みします☆

- はまなす文庫
【日時】21日(金) 14時30分～
【場所】三石分館 えほんのへや

- おはなしたんぼ
【日時】1・15・22・29日(土) 13時00分～
【場所】三石分館 えほんのへや

マタニティクラブのご案内

町では、妊婦さんを対象に「マタニティクラブ」を開催しています。『出産・育児のプレ体験』や『妊娠中の思い出作り』をしに来ませんか（託児はありません）。

講座	妊婦・赤ちゃん編	栄養編	歯科編・妊婦体操	出産編	先輩ママ編
	☆妊娠中の身体と心 ☆赤ちゃんのお世話 (お風呂、だっこ、オムツ)	☆すぐ役立つ！ ママと赤ちゃんの栄養 (調理、ランチつき)	☆マイナス0歳から の虫歯予防 ☆妊婦体操	☆おっぱいの話 ☆楽なお産にはコツがある！ (お産の進み方、呼吸法)	☆先輩ママの出産・ 育児体験記 (先輩ママと赤ちゃんが来所)
日程	8月31日(月)	9月2日(水)	9月11日(金)	9月7日(月)	9月14日(水)
時間	13時30分～15時30分	10時30分～13時30分	13時30分～15時30分	13時30分～15時30分	13時30分～15時30分
持ち物	母子健康手帳	母子健康手帳 エプロン	母子健康手帳 動きやすい服装 歯ブラシ・コップ	母子健康手帳 動きやすい服装	母子健康手帳
準備	テキスト(初回参加時にお渡ししますので、2回目以降の参加の際は、毎回テキストをお持ち下さい)				
場所	静内保健福祉センター(静内緑町4丁目5番1号)				

◎出産編には、町立静内病院助産師さんが来ます。
◎参加希望の方は8月27日(木)までにお申し込み下さい。

【申込み(問合せ)】 静内保健福祉センター ☎ 42-1287

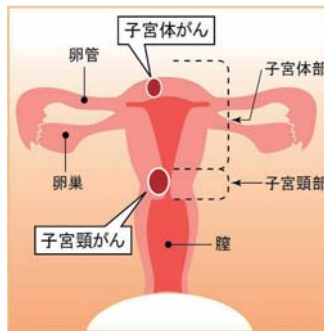
がん検診を知ろう ～子宮頸がん編～

対象：20歳以上の女性 受診間隔：2年に1回 検診内容：問診、子宮頸部細胞診

<子宮頸がん検診>

子宮頸部の表面を綿棒などで軽くこすって細胞を採り、顕微鏡でがん細胞の有無やその種類を調べる精度の高い検診です。

子宮頸がんが多く発症するのは、子宮頸部の入り口である外子宮口のあたりです。がん細胞の増殖はゆっくりで、正常な細胞が浸潤がんになるまでに5～10年以上かかるといわれています。そのため、定期的に検診を受ければ、がんになる前の段階で見つけることが可能です。検診で早期に発見すれば、ほぼ完治しますが、発見が遅れると命はとりとめても、子宮を失うことがあります。



日本の子宮頸がんの罹患状況(上皮内がんを含む)



<子宮がんの年代別発生率>

子宮頸がんは、ヒトパピローマウィルス (HPV) の感染が関連していると考えられています。HPVは主に性交渉で感染するため、性交経験のあるすべての人に感染する可能性があります。

近年、20代前半から30代前半で子宮がんの発生率が増加しています。

<子宮・乳がん検診受付中!!>

検診日程

静内保健福祉センター 8月29日(土)～30日(日)・2月15日(月)
三石保健センター 12月5日(土)

新ひだか町健康推進課×LINE@



@rne4742i

LINEの「友だち追加」から「ID検索」
または「QRコード」で追加してね!

☆☆☆子育てに関する情報を配信中☆☆☆

●申し込みはお済みですか?●

乳・子宮がん検診 受付中!

健康づくり商品券
対象事業
(経膈超音波検査は除く)

会場・日程

会場	日程	締め切り (定員になり次第 締め切ります)	検診受付時間
静内保健福祉センター	8月29日(土) 8月30日(日)	8月14日(金)	【午前】 ①8時30分～9時00分 ②9時00分～9時30分 ③9時30分～10時00分 ④10時00分～10時30分 【午後】 ⑤12時30分～13時00分 ⑥13時00分～13時30分 ※受診する検診種類によって受付時間が決まっています ※検診会場にキッズスペースがありますので、お子様連れの方も安心してお受けいただけます
	2月15日(月)	2月1日(月)	
三石保健センター	12月5日(土)	11月20日(金)	【午前】 ①8時30分～9時00分 ②9時30分～10時00分 【午後】 ③12時30分～12時45分 ④13時00分～13時30分 ※初めてのの方は、①か④をご利用下さい ③は乳がん検診のみの方が優先になります

検診内容・料金 ※昨年度、町が助成する乳・子宮がん検診を受けていない方が対象です。

検診名・内容	料金 (個人負担金)	対象者	無料対象者
乳がん検診 視触診 マンモグラフィ検査 (二方向撮影)	2,600円	40歳～49歳 の町民の方	①40歳…乳・子宮 (昭和50年4月1日～昭和51年3月31日生まれの方) ②生活保護世帯…乳・子宮 ③過去5年間、町が助成する乳・子宮がん検診を 受けていない方
乳がん検診 視触診 マンモグラフィ検査 (一方向撮影)	2,200円	50歳以上 の町民の方	※③に該当する生年月日についてはお問い合わせ下さい 4月下旬に無料の検診受診券を送付しています
子宮がん検診 頸部がん検診 (頸部細胞診)	2,100円	20歳以上 の町民の方	
子宮がん検診 経膈超音波検査	1,030円		

※上記料金は助成後の金額です。

※対象年齢は平成28年3月31日現在です。

※満40歳以上の方は、上記検診時に大腸がん検診(便潜血反応検査)も受診できます。

受診間隔について 乳がん検診・子宮がん検診は2年に1回の受診間隔となります

がん検診専門家の見解として、乳がん検診や子宮がん検診を毎年1回、又は年間に複数回受診したとしても、2年に1回受診した場合と比べ、医学的なメリットは変わらないとされています。

その他

●町内及び町外指定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。詳細は広報6月号をご覧ください。

●静仁会静内病院で乳がん検診の受診が可能になりました。

検診日：火曜日の午後 要予約 ☎ 42-1888

申込み(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

検診期間限定! 「無料歯科相談コーナー」

と き 8時30分～11時30分 12時30分～14時00分
※予約不要
内 容 糸ようじ、歯間ブラシの使い方など
対 象 20歳以上の町民の方
(検診を受けない方、男性もご利用できます)



8月 救急医療機関

❖ 町立静内病院 休日・夜間時間外急病患者診療 ❖

町立静内病院 ☎ 42-0181

夜間内科 (18時00分～8時00分)

3・5・10・12・17・19・24・26・31日 (毎週月・水曜日)

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)

8・9・22・23日

日曜日昼間外科 (9時00分～17時00分)

9・23日 (毎月第2、4日曜日)

❖ 町立三石国保病院 休日・夜間時間外急病患者診療 ❖

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

8月 温泉・コミュニティバス運行表

温泉バス (静内地区)

日	曜日	地 区
4	火	田原・豊畑
5	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・旭町公営住宅地区
6	木	中野町(3丁目を除く)・旭町(新生自治会地区、公営住宅地区を除く)・神森(第2自治会地区を除く)・目名
7	金	市街地・真歌・入船町 春立・東別
11	火	御園・農屋・桔梗親和
12	水	市街地・真歌・入船町
13	木	市街地・真歌・入船町
14	金	東静内・浦和 川合・西川
18	火	田原・豊畑
19	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・旭町公営住宅地区
20	木	中野町(3丁目を除く)・旭町(新生自治会地区、公営住宅地区を除く)・神森(第2自治会地区を除く)・目名 市街地・真歌・入船町
21	金	春立・東別
25	火	御園・農屋・桔梗親和
26	水	市街地・真歌・入船町 東静内・浦和
27	木	市街地・真歌・入船町
28	金	川合・西川

■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
■温泉バスをご利用できる方は、65歳以上の方となります
■時刻表・運行経路については、静内庁舎福祉課 (☎43-2111) までお問い合わせ下さい

コミュニティバス (三石地区)

曜日	日	行き先	地 区
月	3・17・31	静内方面	稲見・川上・清瀬・歌笛・庄内・谷地・美野和の一部・本桐・梶舞
	10・24	浦河方面	
火	4・18	静内方面	稲見・川上・清瀬・歌笛市街・久遠・本桐・梶舞・東蓬萊
	11・25	浦河方面	
水	5・19	静内方面	稲見・歌笛・谷地・本桐・蓬萊・富沢・豊岡・西蓬萊・緑ヶ丘公営住宅・旭町公営住宅
	12・26	浦河方面	
木	6・20	静内方面	福畑・富沢・豊岡・西端・越海町・港町・本町
	13・27	浦河方面	
金	7・21	静内方面	美野和・歌笛市街・久遠・本桐・シュムロ・福畑・豊岡・西蓬萊・旭町公営住宅
	14・28	浦河方面	

■浦河方面行きは「みつし昆布温泉蔵三」を静内方面行きは「静内温泉」を経由します
■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三石庁舎町民福祉課 (☎33-2111) までお問い合わせ下さい

今日から実践! みんなの健康講座 ～さまざまな年代の機能に応じた運動が楽しさを提案します～

講座名	①高齢者向け運動教室 ～若返り大作戦～	②ヘルスアップ講座 ノルディックウォーキング編
対 象	65歳以上の方で介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方	新ひだか町にお住まいの方 (年齢問わず)
内 容	歩行機能の衰えを防ぐために、身体のバランス機能を高める筋力アップの運動、ストレッチ体操を中心に行います。	健康に良い歩き方の学習。天気が良ければ静内川河川敷で実技を行います (集合場所は静内保健福祉センター)。初めての方でも心配ありません。ボールの無料レンタルもあります。
講 師	健康運動指導士 長谷川 拓介氏 健康運動指導士 西村 真有美氏	健康運動指導士 長谷川 拓介氏 健康運動指導士 西村 真有美氏
スタッフ	社会福祉士・保健師	保健師
日 程	1回目 8月3日 (月) 2回目 8月12日 (水) 3回目 8月24日 (月) ※3回のうち、2回をお選び下さい。	8月24日 (月)
時 間	10時00分～12時00分	13時30分～15時30分
と ころ	静内保健福祉センター	
申 込 み	7月27日から受付開始 (定員になり次第締め切ります)	
定 員	40名	25名
申 込 先	地域包括支援センターしづない ☎43-1111 地域包括支援センターみつし ☎33-2911	静内保健福祉センター ☎42-1287
持 ち 物	飲み物 (水分補給用)・動きやすい服装と靴	飲み物 (水分補給用)・動きやすい服装と靴 (防寒着と手袋も)・両手を使えるようなバッグ (ショルダーやリュック)があると便利です。
お 願 い	①か②のどちらか片方をお選び下さい (両方のお申し込みはご遠慮下さい)。持病のある方は、主治医にご相談の上、お申し込み下さい。	



平成27年度第1回

男の料理教室

筋肉を育てる献立
～おいしく食べて目指せ筋肉量アップ!～

65歳以上の男性を対象に簡単に作れる料理教室を行います。
ふだん台所に立つことがない方、包丁をにぎったことがない方も、気軽にぜひご参加下さい。

と き 9月4日 (金) 10時00分～13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 町内にお住まいの65歳以上の男性
内 容 調理実習・ミニ講話
講 師 保健師・社会福祉士・管理栄養士
参加費 無料
定 員 10名 (先着順)
持ち物 エプロン (自宅にない場合は持参なくて良いです)
申込み 9月1日 (火) までに、直接又は電話でお申し込み下さい。

【申込み (問合せ)】
地域包括支援センターしづない ☎ 43-1111
地域包括支援センターみつし ☎ 33-2911
静内保健福祉センター ☎ 42-1287

麻しん風しん混合ワクチン

の接種はお済みですか?

満1歳～
満2歳未満 小学校就学前 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だと言われています。この機会に、ぜひ予防接種をお受け下さい。

《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21年4月2日～平成22年4月1日生)

《接種期間》第1期: 対象年齢の間
第2期: 平成28年3月31日まで

《料 金》無 料
※上記接種期間を過ぎると、接種料金は自己負担となります。

《持 ち 物》母子手帳
予診票 (お手元にない場合はお問い合わせ下さい)

《接種場所》下記の医療機関で直接予約をして受けて下さい。
町立静内病院 町立三石国保病院
静仁会静内病院 山田クリニック
中村脳神経内科クリニック

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