

申し込みはお済みですか？

まだ間に合います！検診受付中

静内保健センターで実施する今年度最後の検診です

会場：静内保健福祉センター（静内緑町4丁目5番1号）

検診日・受付時間	検診名・検診内容	料金	対象者（年齢は平成28年3月31日現在）	
2月6日（土） 7時00分～10時00分 までの7段階	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 600円		
	大腸がん検診	便潜血反応検査 700円		
	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		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
	特定健診	血液検査、尿検査、血圧測定、身体計測、診察	無料	新ひだか町国民健康保険に加入している40歳以上の方
後期健診	血液検査	無料	後期高齢者医療制度に加入している方	
2月15日（月） 8時30分～10時00分 12時30分～13時00分 までの6段階	乳がん検診	視触診及びマンモグラフィ検査 2,200円（50代以上） 2,600円（40代）	満40歳以上の町民で、昨年度、町が助成する乳がん検診を受けていない方	
	子宮がん検診	頸部がん検診（頸部細胞診）	2,100円	満20歳以上の町民で、昨年度、町が助成する子宮がん検診を受けていない方
		経膈超音波検査	1,030円	

- 今年度40歳を迎える方（昭和50年4月1日～昭和51年3月31日生）や生活保護を受給されている方は、胃・肺・大腸・乳・子宮がん検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診が無料です。
- 大腸・乳・子宮がん検診、肝炎ウイルス検診については、国の推進事業対象の方は無料となります。
- 新ひだか町国民健康保険以外の方で、加入者本人以外のご家族（40歳以上）については、特定健診とがん検診の同日実施が可能な場合がありますので、ご相談下さい。
- 各検診とも年度内1回の受診となります（乳・子宮がん検診は2年に1回の受診間隔）。

個人負担分（一部の検診を除く）については、「健康づくり商品券」の対象になります。

◆◆お問合せ・お申込み先◆◆
静内保健福祉センター ☎42-1287

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	
		栄養編～ヘルシークッキング～	運動編～膝・腰痛予防編～
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等を中心に行います。	日頃の自分の食生活を振り返り、若さを保つ食習慣のヒントを紹介いたします。	運動を始めることで膝や腰に負担がかからないよう、身体のトラブル防止にも役立つ運動を紹介します。
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	管理栄養士・保健師	保健師
日程	1回目 2月1日（月） 2回目 2月17日（水） 3回目 2月25日（木） ※3回のうち、2回をお選び下さい。	2月9日（火）	2月25日（木）
時間	10時00分～12時00分	10時00分～13時30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	1月25日から受付開始（定員になり次第締め切ります）		
定員	40名	20名	25名
申込先	地域包括支援センターしずない ☎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	エプロン・三角巾	飲み物（水分補給用）・動きやすい服装と靴
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。		



検査・健診・相談2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7205731）	1歳6か月児健診	4日（木） ・8時45分～10時30分 ・12時30分～13時30分	H26年6月生
	3歳児健診		H24年12月生
	4か月児健診	18日（木） ・8時45分～10時30分 ・12時30分～13時30分 ※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10月生
	7か月児健診		H27年7月生
	12か月児健診		H27年2月生
	歯科健診	3日（水） ・12時50分～13時50分	H26年7月生 H25年2月生
	フッ素塗布	22日（月） 23日（火） ・9時00分～11時00分 ・13時00分～16時30分 ※2月のフッ素塗布の日程が変更になります。対象の方には個別にお知らせします。	H21～25年7月生 H22～26年1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
	3～4か月児健診	25日（木） ・12時30分～	H27年9月25日～ H27年11月25日生
	7～8か月児健診	※7～8か月児健診対象のお子さんにブックスタート事業により、絵本をお渡しします。	H27年5月25日～ H27年7月25日生
12～13か月児健診		H26年12月25日～ H27年2月25日生	
静内保健所	こころの健康相談	5日（金） ・13時30分～15時30分 ※2月1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	24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、ご確認ください。



ひらの こころちゃん（6歳）



ふじわら ゆあちゃん（6歳）



ほとざわ かいせいくん（3歳）



ふじさか ずぐるくん（2歳）

すこやか

歯ブラシにプラス！して歯周病を予防しよう
歯磨き効果を上げるグッズをきれなくプレゼント！

歯と歯の間や奥歯の後ろなど、どうしても通常の歯ブラシだけでは汚れが残ります。歯ブラシに加え、デンタルフロスや歯間ブラシの使用が効果的です。さまざまなグッズがありますので、しっかり選び、上手に使って歯周病を予防しましょう。家庭で使用方法がわからないグッズもアドバイスしますのでお持ち下さい。

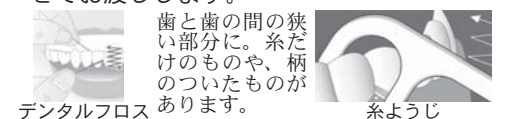
とき 2月15日（月） 8時45分～11時30分
12時30分～14時00分

ところ 静内保健福祉センター 婦人科検診会場

対象者 20歳以上で町内にお住まいの方（男女問わず）

申込み 当日受付（料金無料）

その他 子宮がん・乳がん検診を受けない方も受け付けております。歯科衛生士が一人ひとりのお口に合わせしてお渡しします。



デンタルフロス 歯と歯の間の狭い部分に糸だけのもや、柄のついたものがあります。糸ようじ
歯と歯のすき間やブリッジのすき間に便利。歯と歯の間に差し込んで、前後に動かします。歯間ブラシ

【問合せ】 静内保健福祉センター ☎42-1287

2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)

1・3・8・10・15・17・22・24・29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)

13・14・27・28日

日曜日昼間外科 (9時00分～17時00分)

14・28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

2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
2	火	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
3	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
4	木	田原・豊畑
5	金	御園・農屋・桔梗親和
9	火	市街地・真歌・入船町 春立・東別
10	水	市街地・真歌・入船町 東静内・浦和
12	金	市街地・真歌・入船町 川合・西川
16	火	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
17	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
18	木	田原・豊畑
19	金	御園・農屋・桔梗親和
23	火	東静内・浦和
24	水	市街地・真歌・入船町
25	木	市街地・真歌・入船町 川合・西川
26	金	市街地・真歌・入船町 春立・東別

コミュニティバス (三石地区)

曜日	日	行き先	地区
月	1・15・29	静内方面	稲見・川上・清瀬・歌笛・庄内・谷地・美野和の一部・本桐・梟舞
	8・22	浦河方面	
火	2・16	静内方面	稲見・川上・清瀬・歌笛市街・久遠・本桐・梟舞・東蓬萊
	9・23	浦河方面	
水	3・17	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
	10・24	浦河方面	
木	4・18	静内方面	福畑・富沢・豊岡・西端・越海町・港町・本町
	25	浦河方面	
金	5・19	静内方面	美野和・歌笛市街・久遠・本桐・シユムロ・福畑・豊岡・西蓬萊・旭町公営住宅
	12・26	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

- 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

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

バスは今年度
最後になります



乳がん・子宮がん検診受付中!!



検診会場 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。

検診日程

検診内容	運行日	申込締切	定員	当日の大まかな流れ
乳がん・子宮がん検診 (特定・後期健診、胃・肺・大腸がん、肝炎ウイルス、エキノコックス症検診の同日受診も可能です)	3月9日 (水)	2月23日 (火)	30人	★対がん協会からのバスが送迎します。 バス 三石発 9時15分 静内発 9時45分 ※注 ↓ 札幌がん検診センター着 検診開始 13時00分頃～ ↓ バス 検診センター発 15時30分頃 静内着 17時30分頃 三石着 18時00分頃

※注：発着場所は三石保健センター、静内保健福祉センターを予定しています。

◎上記検診に加えて、ご希望の方は以下の検査も受診可能です。

	検査項目	検査内容	料金	所要時間	結果
オプション検査	肺がんCT検査	胸部ヘリカルCT検査	8,230円	10分位	後日郵送
	内臓脂肪測定	腹部CT検査	3,090円	1分位	当日
	腹部超音波検査	腹部エコー検査 (肝臓・胆嚢・腎臓を調べます)	5,660円	15分位	後日郵送
	骨検診	X線を利用して腕の骨量を測定	1,030円	1分位	当日
	前立腺がん検診	血液検査	2,060円	1分位	後日郵送
	婦人科超音波検査 ※子宮がん検診を受診する方のみ	経膈エコー検査 (子宮筋腫や卵巣嚢腫などの有無を調べます)	1,030円	1分位	後日郵送
	ヒトパピローマウイルス (HPV) 検査 ※子宮がん検診を受診する方のみ	膈分泌液を採取 (HPV感染の有無を調べます)	4,630円	1分位	後日郵送

●乳がんまたは子宮がん検診を受診される方を優先させていただきます。乳がん・子宮がん検診以外をご希望の方は定員に空きがあれば受けることができますので、ご相談下さい。

●個人負担分 (オプション検査は除く) については、「健康づくり商品券」の対象になります。

その他 上記バスでの検診のほか、契約医療機関での個別検診の受診も受付中ですので、お問い合わせ下さい。
また、医療機関での個別検診は3月31日まで受けることができますが、期限近くは混雑しやすいため、早めに申し込みすることをお勧めします。

★申込み・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

無料検診対象の方 受け忘れはありませんか？ 有効期限：平成28年3月31日

- 大腸がん・乳がん・子宮がん検診、肝炎ウイルス検査が無料の方
 - 今年度40歳を迎える方 (昭和50年4月1日～昭和51年3月31日生まれ)
- 上記対象となる方には、検診受診券 (券の右上に「無料」と印字されています) を4月下旬に郵送しています。券の有効期限は平成28年3月31日となっています。有効期限近くは大変混雑しますので、お早めにご利用下さい。詳細については、送付時の同封文書をご覧ください。検診受診券を紛失した方は再発行します。