

健康
福祉



乳・子宮・大腸がん検診

昨年受診された方も申し込みができます。国民健康保険後期高齢者医療保険加入者は、料金が半額となりますので、保険証を持参してください。

- とき 10月28日(日) 受付午前9時～9時15分、午前10時～10時15分、午後0時30分～1時
- ところ ふれあいセンター1
- 対象
 - ・乳がん 30歳以上
 - ・子宮がん 20歳以上

献血にご協力を！

【9月28日(金)】

砂川警察署	10:00～11:30
北海道三井化学(株)	12:00～13:15
山田産業(株)	13:30～14:00
ソメスサドル砂川ファクトリー	15:00～16:30

☐詳細 社会福祉係⑤2121

- 大腸がん(乳がん検診または子宮がん検診を受ける方) 40歳以上
- ※今年度中に記載の年齢に達する方も含みます
- 料金
 - ・乳がん 50歳未満(マンモグラフィ検査2方向) 2,600円
 - 50歳以上(マンモグラフィ検査1方向) 2,200円
 - ・子宮がん 2,000円
 - ・大腸がん(便潜血検査) 1,000円
- 詳細・申込 9月18日(火)～10月10日(水)までに、ふれあいセンター⑤2000へ

胃・肺・大腸がん検診

国民健康保険、後期高齢者医療制度加入者は、料金が半額となりますので、保険証を持参してください。

- とき 11月4日(日) 午前6時～9時(大腸がんのみ受診の方は9時～9時30分)
- ところ ふれあいセンター1
- 対象 40歳以上の市民
- ※今年度中に記載の年齢に達する方も含みます。なお、ピロリ菌検査のみ20歳から受診可能です

- 料金
 - ・胃がん(バリウム検査) 2,000円
 - ・肺がん(レントゲン検査) 600円
 - ・かくたん検査(喫煙本数の多い方、たんがよくなる方) 1,100円(当日受付)
 - ・大腸がん(便潜血検査) 1,000円
 - ・ピロリ菌検査(検便検査) 3,240円
- ※40歳以上の方のピロリ菌検査は、胃がん検診を受ける方が対象です。なお、ピロリ菌検査は、半額助成の対象外となります
- 詳細・申込 10月10日(水)までに、ふれあいセンター⑤2000へ

1歳児パクパク広場

- とき 10月1日(月) 午前10時～(受付9時45分まで)
- ところ ふれあいセンター1
- 対象 平成29年9月生まれ
- 内容 育児交流会、身体計測、個別相談、歯科相談、栄養相談(試食あり)
- 持ち物 母子手帳・子ども用エプロン・スプーン・おしぼり・歯ブラシ

市民健康・栄養相談

健康・栄養相談のほか、血圧・血糖値などの測定や健診結果の相談にも応じます。また、乳幼児の計測や発達・栄養・育児などの相談も行っています。

- 詳細 ふれあいセンター⑤2000
- とき 10月1日(月) 午後1時～3時
- ところ ふれあいセンター1
- 詳細・申込 ふれあいセンター⑤2000へ

エキノコックス症検診

キツネなどに頻繁に触れたり、山菜や沢水などの生水を飲まれる方は、5年に1度は検診を受けて感染の有無を確認しましょう。

- とき 10月5日(金) 午前10時～10時30分
- ところ ふれあいセンター1
- 対象 小学3年生以上
- 検査方法 血液検査
- 料金 500円
- 詳細・申込 10月1日(月)までに、ふれあいセンター⑤2000へ

水道

についての
お問い合わせは...

中空知広域水道企業団

フリーアクセス
(通話料金無料)

オイシイミズ

砂川営業所(砂川市役所1階)

080-080-01432

TEL 54-2121

TEL.53-3831 FAX.53-2126

料金のお支払いには、
便利な口座振替を

まだまだ元気に働きたい!そんな想いをお持ちの方は...



シルバー会員大募集!!

砂川市 シルバー人材センター ☎ 52-4159

【ホームページ】
http://sunagawasilver.web.fc2.com/

西7条北4丁目1-1(総合福祉センター内)

求人コーナー

市内企業では、ハローワーク砂川を通じて、新規求人を次のとおり行っています。

募集内容

職 種	年 齢	求人数
教習指導員見習い	不 問	1
商 品 開 発	32歳以下	1
清 掃 員	不 問	1
除 雪 作 業 員	不 問	1
給 食 雑 務 者	不 問	2
栄 養 士	不 問	1

(9月5日現在)

◆お問い合わせ

ハローワーク砂川☎3147

重度身体障害者(児)ハイヤー助成券交付

市では、4月から重度身体障害者(児)を対象に、平成30年度のハイヤー料金助成券を交付していますが、10月以降に申請を行うと交付枚数が半分にになります。まだ交付を受けていない方は、早めに申請してください。

●対象 身体障害者手帳を交付されている方のうち、下肢・体幹・(脳原)移動・視覚障害が1・2級の方または内部障害が1級で「歩行困難」と記載されている方
※ 複合障害で1・2級の手帳をお持ちの方は、表紙裏面の障害区分をご確認ください。手書きの手帳をお持ち

ちの方は、窓口へ提示してください

●助成額 490円の助成券22枚
※ 10月以降の申請の場合は11枚になります

●申請 身体障害者手帳、印鑑をお持ちのうえ、社会福祉係⑧番窓口へ

●詳細 社会福祉係☎2121

教育文化



公民館講座「ぷちスキルアップ塾」

社会人としての常識やマナーやコミュニケーションスキルを身に付け、仕事からプ

北海道健康マイレージ事業に参加しませんか

北海道マイレージ事業は、市が実施する「国保特定健診」や「がん検診」の受診など、対象となる事業に取り組むことでポイントがたまる制度で、健康づくりへの関心を高めることを目的としています。平成31年3月31日までに、6ポイントをためてふれあいセンターへ応募すると、抽選で協賛企業から特典をもらうことができます。

□対象者 20歳以上の市民

□参加方法 参加申込書をふれあいセンターへ提出

※ 参加申込書は、ふれあいセンター窓口または市ホームページから入手してください

□市の対象事業 (いずれも2ポイント)

国保特定健康診査、後期高齢者健康診査、がん検診(1検診ごと)、市民講座(9月25日(火)開催の市民大学、11月4日(日)開催の市立病院がん市民講座)

※ 市で行う健(検)診以外で受診した場合は、検査結果をふれあいセンターへ持参することでポイントを付与

□特典内容 北海道ホームページからご確認ください

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kth/ka/kenkoumaireiji.htm>

○詳細 ふれあいセンター☎2000

イベートまで役立つ知識を学びましょう。

●とき 10月17日(水) 午後6時30分～8時30分

●ところ 公民館

●対象 18歳～39歳で、市内在住・在勤の方(20人程度)

●テーマ 社会人のコミュニケーション

●講師 アビリティイブラツ シュアアップスクール代表・心理カウンセラー 長谷川 祐子氏

●詳細・申込 9月14日(金)～10月12日(金)までに、公民館

俳句創の会会員募集

☎2339

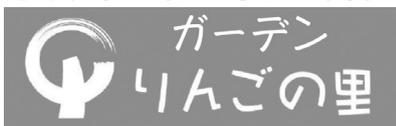
俳句創の会では、会員を募集します。新たな発見がありますので、この機会に俳句を始めてみませんか。

●とき 毎月第2・4水曜日 午後0時30分

●ところ 公民館

●詳細 俳句創の会 村山☎2011または今野☎2440

快適な居住空間の中、お食事や趣味の時間を楽しくお過ごしいただけます



サービス付き高齢者向け住宅

「安心」に支えられた「自由」な暮らしを りんごの里グループが支えます

【お問い合わせ】

晴見3条北8丁目3番5号

☎52-3650

↓1人部屋12帖、2人部屋20帖



↑リビング

山菜採り等でクマに遭わないために

- ① 事前にクマの出没情報を確認する
- ② 1人で野山に入らない
- ③ 野山では音を出しながら歩く
- ④ 薄暗い早朝や夕方に野山に入るの
は避ける
- ⑤ クマの足跡やフンを見つけたら、
すぐ引き返す
- ⑥ 残飯などのゴミはクマを引き寄
せるので、必ず持ち帰る

もしクマに遭ったら

- ① 落ちていてその場から離れる
クマに背を向けず、ゆっくりと
後退しましょう。
- ② クマを驚かせないようにする
走ったり大声をあげないように
しましょう。

● 詳細 農政係⑤ 2121



● **内容** ポールを使った歩き方の実技指導

● **貸出用のポール**が
あります

● **とき** 9月27日(木) 午前10時～正午

● **ところ** 北光公園(海洋センター前集合)

● **資格** ポールを使った歩き方の実技指導

● **【SAJ公認スキー指導員】**
資格 満18歳以上で、級別テスト級別2級以上の方

● **年齢基準日** 平成31年4月

ノルディックウォーキング教室



**スキー指導員等
受検者募集**

● **詳細・申込** 9月26日(木)までに、総合体育館⑤ 2175へ

● **【SAJ公認スキー指導員】**
資格 満21歳以上の方でSAJ公認スキー準指導員を取得後2年以上経過している方

● **【SAJ公認スキー準指導員】**
資格 満18歳以上で級別テスト級別1級以上の方

● **資格** 満18歳以上で、級別テスト級別2級以上の方

● **年齢基準日** 平成31年4月

秋の全国交通安全運動

9月21日(金)から30日(木)までの10日間、秋の全国交通安全運動が行われます。これからの季節は、日暮れの早まりや行楽シーズンにより、交通事故の多発が心配されます。外出する際は、改めて交通安全の大切さを確認し、細心の注意を払って交通事故を防ぎましょう。

【砂川市民を交通事故から守る一斉旗の波運動】

国道12号線を通過するドライバーに交通安全を啓発する一斉旗の波運動を行います。参加する方には手旗をお貸ししますので、ぜひご参加ください。

- **とき** 9月28日(金) 午後1時30分～
- **ところ** 買物駐車場 (AiAi横)
- **詳細** 生活交通係④ 2121

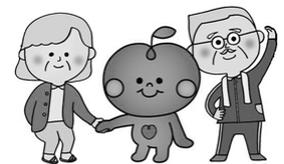
● **詳細・申込** 10月10日(水)までに、かもい岳スキー連盟 池端090-5076-9576へ

通年型介護予防教室 平成30年度いきいきシニアプログラム

～いっしょに健康づくりに取り組んでみませんか？～

年齢を重ねても介護が必要な状態になることなく、元気な体で毎日が過ごせるよう、柔軟体操・筋トレ・軽運動などの介護予防体操、口腔ケア・服薬管理・健康に関する講話を行う通年型介護予防教室を開催します。

- ◆ **とき** 毎週火曜日 (午前10時～正午)
- ◆ **ところ** ショッピングプラザAiAi (東1南1) 2階 多目的ホール
- ◆ **対象** 要介護・要支援認定を受けていない、65歳以上の高齢者の方
- ◆ **定員** おおむね30人 (先着順)
- ◆ **詳細・申込** 高齢者支援係④ 2121へ



市内全世帯に配布される広報すながわに
広告を載せてみませんか？

広告主募集中

1号広告
イメージ

- 1号広告(縦45×87mm) = 5,140円
- 2号広告(縦45×175mm) = 10,280円
- **お問い合わせ** 広報広聴係⑤ 2121

エレベーター・バリアフリー設備改修リニューアルオープン!!

入居見学 承り中

サービス付き高齢者向け住宅 **ルピナス**
リビングホーム



ひろびろ全室南向き ☀ 空知太 454番地 25
フジ福祉サービス準備室 (株)藤総業
入居相談 53-5211