



地域や職場、学校など、  
仲間と一緒に！

## 平取町認知症サポーター養成講座 受講しませんか？

### 認知症サポーターとは？

認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」として自分のできる範囲で活動をします。「なにか」特別なことをする人ではありません。

例えば、認知症の人やその家族の気持ちを理解するように努めることや、地域で困っている人がいたら「どうされましたか」など声をかける、または、認知症の人を対象とした事業のお手伝いを行うなどの活動を行います。

### どんな講座内容？

キャラバン・メイト（サポーター養成講師）が、あなたの地域や、職場・学校などに出向き、テキストに基づきながら、寸劇などを取り入れ、おおむね 1 時間～1 時間半の講座を行います。

「何が原因で起こるのか」「どのような症状がみられるのか」などの認知症の基礎知識や、認知症の人への対応の仕方などをわかりやすくお伝えします。

### 受講対象者は？

- 平取町民～ご近所の方やご友人と一緒に
- 活動団体～ボランティア活動、自治振興会、高齢者クラブ、交流サロン、スポーツ団体など
- 職場～金融機関、商工会、交通機関、商店など
- 学校～生徒・先生、PTA など



※最低 3～5 名から  
開催可能です。

### 申込み・問合せ先

平取町保健福祉課介護支援係  
電 話 01457-2-3700  
FAX 01457-4-6870

いつでも申込受け付けております！  
この機会に、ぜひ受講してみませんか？



# 「がんは早く見つけて治す“時代”」 ～ いつもの健診、いつもの時期に ～

## ～特定健診、後期高齢者健診、 一般健診、各種がん検診のお知らせ～

今年度、最後の健診になります。

健康チェックをして、また1年頑張りましょう！お申し込みをお待ちしております！

### 【日程・場所】

| 日 時     | 会 場          | 受付時間       |
|---------|--------------|------------|
| 2月4日（火） | ふれあいセンターびらとり | 6:30～10:30 |

### 【各種健診の情報】

|                                 | 項目        | 対象者                           | 自己負担金  |
|---------------------------------|-----------|-------------------------------|--------|
| チ<br>ェ<br>ッ<br>ク<br>の<br>健<br>康 | 特定健診      | 平取町国民健康保険 加入者(40～74歳)         | 1,000円 |
|                                 | 後期高齢者健診   | 後期高齢者医療保険 加入者(75歳～)           | 600円   |
|                                 | 一般健診      | 18歳～39歳の平取町国保加入者<br>生活保護受給者 等 | 1,000円 |
| が<br>ん<br>検<br>診                | 胃がん検診     | 40歳以上の平取町民 ※70歳以上は半額          | 2,000円 |
|                                 | 肺がん(結核)検診 | 18歳以上の平取町民                    | 0円     |
|                                 | 大腸がん検診    | 40歳以上の平取町民 ※70歳以上は半額          | 600円   |
|                                 | 前立腺がん検診   | 50歳以上の平取町民男性 ※70歳以上は半額        | 1,000円 |
| そ<br>の<br>他<br>検<br>査           | 肝炎ウイルス検診  | 30歳以上で過去に受診していない平取町民          | 1,000円 |
|                                 | エキノコックス検査 | 20歳以上で過去5年間に受診していない平取町民       | 0円     |
|                                 | ピロリ菌検査    | 20歳以上で過去未受診者・未治療者             | 2,640円 |

※ 生活保護受給者は無料（ピロリ菌検査を除く）。

※ “健診自動申込み制度”に登録されている方は申込み不要です。追加・変更等があればご連絡下さい。

※ 一般健診は18歳～39歳までの方で会社などで必要な基本健診を受けられない方、40歳以上で同様の事情の方の他、加入保険の異動があり今年度会社の健診を受けられない方が受診することができます。

【申込・問合せ】 保健福祉課 保健推進係 ☎(01457)4-6112

# 乳・子宮・大腸がん検診（札幌会場） のお知らせ

乳・子宮（頸部）・大腸がん検診を次のとおり実施します。早期に発見すれば治癒可能ながんですので、この機会に多くの方が受診されますようお知らせいたします。

**日程：令和7年2月25日（火）**

**場所：北海道対がん協会 札幌検診センター**

**助成対象者：乳がん検診：40歳以上の女性  
子宮がん検診：20歳以上の女性  
大腸がん検診：40歳以上の町民**

**申込締切：令和7年2月14日（金）**

## 検診料金

| 検診項目    | 対 象 者       | 自己負担額  | 助成対象外の方 |
|---------|-------------|--------|---------|
| 乳がん検診   | 40歳～49歳までの方 | 2,000円 | 6,512円  |
|         | 50歳～69歳までの方 |        | 5,555円  |
|         | 70歳以上の方     | 1,000円 |         |
|         | 無料クーポン券対象者  | 0円     |         |
| 乳房超音波検査 | 40歳以上の方     | 5,500円 |         |
| 子宮がん検診  | 20歳～69歳までの方 | 2,000円 | 6,105円  |
|         | 70歳以上の方     | 1,000円 |         |
|         | 無料クーポン券対象者  | 0円     |         |
| 大腸がん検診  | 40歳～69歳までの方 | 600円   | 2,772円  |
|         | 70歳以上の方     | 300円   |         |

※今年度、無料クーポン券対象者には年度初めにご自宅へクーポン券を送付しています。

※料金の助成は、乳・子宮がん検診は2年に1度、大腸がん検診は1年に1度となります。

※料金助成対象者で生活保護の方は検診料は無料です。

※対がん協会希望によりオプション検査を追加できます。

**定員：30名**

**その他：送迎バスを運行します**

|               |                  |
|---------------|------------------|
| 振内町民センター前     | 9:20             |
| 貫気別生活館前       | 9:40             |
| バス停「二風谷資料館前」  | 10:00            |
| ふれあいセンターびらとり前 | 10:15            |
| 紫雲古津生活館前      | 10:30            |
| 帰町予定時刻        | 17:00～<br>18:00頃 |



申込先：  
ふれあいセンターびらとり  
保健福祉課 保健推進係  
TEL 4-6112



ストレス解消！！！！！！

平取町民であればどなたでも  
参加できます！

**脂肪を燃やして代謝UP!!**

**定員なし！**

Web会議ツール「Zoom」を利用し、本町から各会場、  
ご自宅をつないでリモートで行うオンライン教室です。  
パソコン、スマホ、タブレットをお持ちであればご自宅から参加することができます。

**参加費  
無料！！**

# 格闘技エクササイズ

ボクシングをベースとした全身のエクササイズです

講師：DAC sports club 真杉 智教 氏

会場：ふれあいセンターびらとり/振内町民センター  
貫気別福祉センター/参加者のご自宅

※ふれあいセンター会場のみ、  
講師の先生と対面で行う教室になります。

開催時間：18：30～20：00

日程 (全7回)

| 第1回          | 第2回          | 第3回          | 第4回         | 第5回          | 第6回          | 第7回          |
|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 1月15日<br>(水) | 1月22日<br>(水) | 1月29日<br>(水) | 2月5日<br>(水) | 2月12日<br>(水) | 2月19日<br>(水) | 2月26日<br>(水) |

※Zoomの使い方が分からない方は個別に開催前に説明いたします。保健福祉課保健推進係までご連絡ください。

お申込みは開催日  
の前日まで！

**お申込み**

保健福祉課保健推進係 ☎01457-4-6112