

早く見つかる
と
安く済む。

多くの病気は早く見つかるほど

軽い治療や予防で済む。

お金の心配も少なく済む。

早期発見できるのは健診だけです。



秋の総合健診

令和
8年

9/11 [金]・12 [土]

申込
TEL

2-1728



天塩町

STEP
01

電話(予約)する この用紙を見ながらお電話いただくとスムーズです。

天塩町福祉課
ふれあい係

TEL 2-1728

〈受付時間〉
平日 8:30-17:15

日にち	9月11日(金)・12日(土)		
時間	① 6:00-6:30 [11日(金)のみ実施]	⑤ 8:00-8:30	⑨ 10:00-10:30
	② 6:30-7:00 [11日(金)のみ実施]	⑥ 8:30-9:00	⑩ 10:30-11:00
	③ 7:00-7:30	⑦ 9:00-9:30	
	④ 7:30-8:00	⑧ 9:30-10:00	

健診項目			特定健診 基本健診	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	肝炎ウイルス 検査	前立腺がん 検診	エキノコックス症 検査
対象となる方			20歳以上	20歳以上	20歳以上	20歳以上	40歳以上で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	50歳以上の男性	小学3年生以上の方(5年に1回の検査)
検査内容			・医師の診察 ・身体計測 ・腹囲測定 ・血液検査 ・尿検査 ・心電図検査 ・眼底検査	バリウム検査	胸部レントゲン	便潜血検査	血液検査 ※B型・C型肝炎への感染の有無を調べます。	血液検査	血液検査 ※エキノコックス症の感染の有無を調べます。
料金	39歳以下	国保	無料	700円	200円	300円	対象外	対象外	無料
		それ以外	無料	1,800円	700円	800円			
	40~74歳	国保	無料	700円	200円	300円	300円	200円	
		それ以外	★下記参照	1,800円	700円	800円	1,000円	700円	
	75歳以上		無料	700円	200円	300円	300円	200円	

※生活保護の方は全て無料です。 ※エキノコックス症検査と肝炎ウイルス検査の無料対象者はオプションとなるため、基本的に検査を実施いたします。

40~74歳の
社会保険・被扶養者の方へ

- ・特定健診受診券をご準備ください：特定健診を受ける場合には、ご加入の医療保険者(協会けんぽ等)から発行される特定健診受診券が必要です。受診日までにご用意ください。
- ・ご加入の医療保険により料金が異なります(★)：特定健診の料金はご加入の医療保険によって異なります。オプション検査は別途料金がかかります。詳しくはお問い合わせください。

キリトリ ✂

STEP
02

受診する 切り取って冷蔵庫等に貼ってください。

あなたの健診日

9月 日

場所

天塩町保健
ふれあいセンター

持ち物

- ☐ 問診票 ☐ 検尿・検便キット(対象者のみ)
- ☐ お薬手帳・血圧手帳等 ☐ ハローカード
- ☐ 健診費用(現金) 円

出前講座

天塩町の遺跡と勾玉づくり

イベント詳細

日時：令和8年8月22日（土）

時間：9：00～12：00

場所：天塩町社会福祉会館 大ホール

対象：天塩町内の小学生～大人 20～30名

※小学1年生～3年生は保護者同伴必須

講師：北海道埋蔵文化財センター

倉橋 直孝 氏

参加無料！

ご案内・連絡先

汚れてもいい服装でご参加ください
水やチョークの粉で汚れる可能性があります
〈お問い合わせ〉

天塩町教育委員会 01632-2-1026

天塩川歴史資料館 01632-2-2071

タイムスケジュール

8：45	集合
9：00	あいさつ 天塩町の遺跡紹介
9：30	ほんものハンズオン
9：55	休憩 5分間
10：00	勾玉づくり
11：55	修了証授与式 記念写真撮影
12：00	終了



提出期限 令和8年8月3日（月）まで

天塩町の遺跡と勾玉づくり 申込用紙
(ふりがな：)

1. お名前（ふりがな）・年齢 _____ ・ _____ 歳（学年：小・中・高 _____ 年生）
(ふりがな：)

2. 同伴される保護者のお名前（ふりがな） _____

3. ご連絡先（電話番号） _____

4. 当日撮影する写真について広報利用の可否 ☐可 ☐不可

天塩町教育委員会または天塩川歴史資料館までご提出ください

令和8年度

天塩川河川公園ジョギング大会

日程/ 8月29日(土)

会場/天塩川河川公園

—スケジュール—

- 9:00～ 受付(福祉会館)
- 9:30～ 開会式(福祉会館)
- 10:00～ 競技開始(河川公園)
- 11:00～ 表彰式(福祉会館)

参加対象:心身ともに健康な方

参加料:1人100円

申込締切:8月14日(金)

事前申込が必要です!!

※8月14日(金)までに下記の申込書に参加料(100円)を添えて、天塩町ファミリースポーツセンター又は天塩町教育委員会へ提出してください。

※参加料については申込後に、不参加や中止の場合には、ご返金できません。

【競技部門】

- ・1.1km コース
 - ①親子ペアの部
 - ②小学生低学年(1～3年)の部
- ・1.8km コース
 - ③小学生高学年(4～6年)の部
 - ④中学生女子の部
- ・3.6km コース
 - ⑤中学生男子の部
 - ⑥一般男子の部
 - ⑦一般女子の部

—競技方法—

- ・全種目「着順制」とします。
- ・スタートについては2つに分けて行います。
1.1km コースを10時00分スタート、10時20分に1.8km コース、3.6km コースが同時にスタートといたします。なお、天候等の状況により競技開始時間が前後する可能性がありますのでご了承ください。
- ・コース周回について1.8kmは1周、3.6kmは2周となります。
- ・親子ペアはゴールの際、必ず手をつないでゴールすることとします。
- ・少雨決行で、開催中止となる場合は、LINEオープンチャットにてお知らせしますので、右記のQRコードより登録をお願いします。



キリトリ

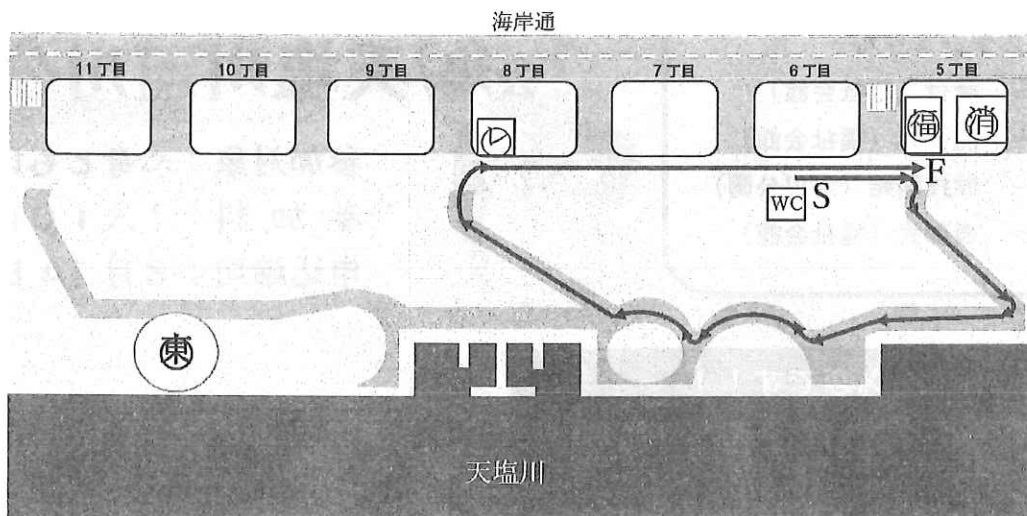
天塩川河川公園ジョギング大会参加申込書

参加種目 (例:①)	氏名 / 年齢 ※親子ペア参加は【 】内に保護者氏名を記載してください	所属 (例:小学2年)
	/ 才【 / 才】	学校 年 ※一般は記載不要
連絡先	()	中止の連絡で電話連絡を希望する場合は 右記にチェックを入れてください ☐
同意書	当大会においては選手本人の責任における事故については、主催者側では一切の責任を負いません。 高校生以下の参加については必ず保護者の同意のうえ参加してください。 住所 氏名(高校生以下は保護者氏名)	

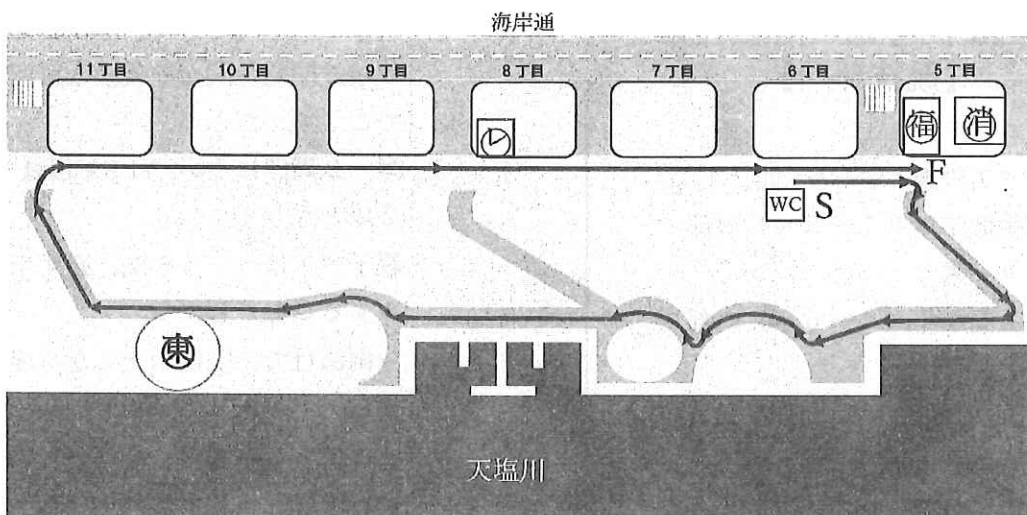
ジョギング大会 各コース図

福 福祉会館
 消 消防署
 レ レストハウス
 東 東屋
 WC 公衆トイレ

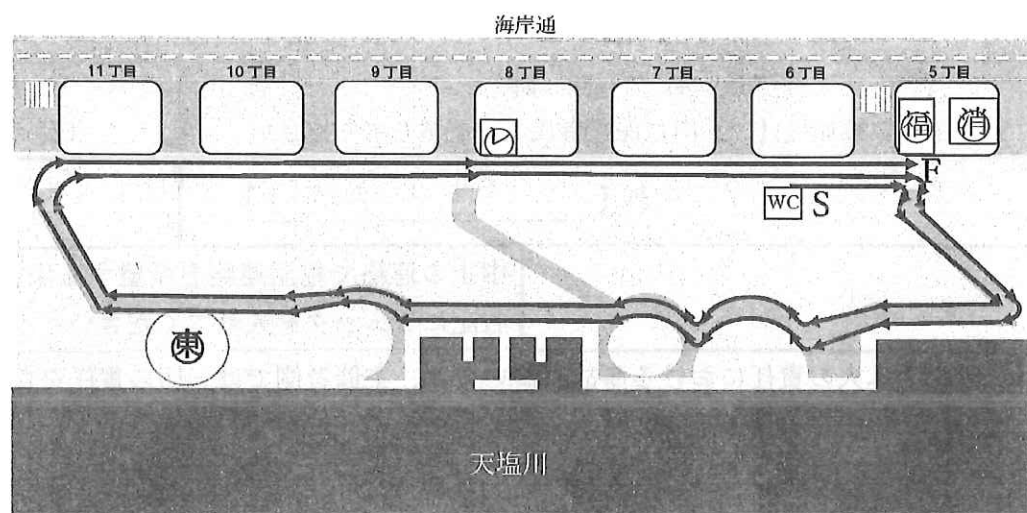
1. 1 kmコース



1. 8 kmコース



3. 6 kmコース



令和8年度

受診された方には
ハローポイント
100P!

レディース検診のお知らせ

乳がん・子宮がん・骨粗鬆症検診が同日に受けられます

会場 天塩町保健ふれあいセンター

実施日時 令和8年9月10日(木)

- ① 8:00～ ② 8:30～ ③ 9:00～ ④ 9:30～
⑤ 10:00～ ⑥ 10:30～ ⑦ 11:00～
⑧ 13:00～ ⑨ 13:30～ ⑩ 14:00～

申込方法 令和8年9月3日(木)までにお申込みください。

申込みフォームから

天塩町福祉課ふれあい係 ☎2-1728 (直通)
受付時間 / 平日8:30～17:15(土日祝日は除く)



検診一覧

検診名		対象者	検診料金			受診間隔
			国保	それ以外	75歳以上	
乳がん検診		30歳以上の女性	600円	1,800円	600円	原則2年に1回 ※昨年度受診者も 全額自己負担で 受診可
子宮がん検診	子宮頸がん検診 (エコー検査含む)	20歳以上の女性	700円	2,000円	700円	
	子宮体がん検診	①以下に当てはまる方 ・50歳以上または閉経後で、 6か月以内に不正出血のある方 ・乳がんでホルモン剤内服治療 中の方 ②医師が必要と判断した方	200円	800円	200円	
	HPV検査	20～59歳の女性	500円	1,500円	対象外	
	エコー検査のみ	20歳以上の女性で 子宮を摘出されている方	年齢・保険の種類に関わらず 1,540円			
骨粗鬆症検診		30歳以上の女性で 骨粗鬆症の治療をしていない方	200円	600円	200円	毎年度1回

※生活保護の方は無料です。

※全額自己負担の場合

- 乳がん 49歳以下・・・6,710円 50歳以上・・・5,720円
●子宮がん 子宮頸部・・・6,270円 体部・・・2,717円
エコー・・・1,540円 HPV・・・5,500円

裏面も
ご覧ください!



乳がん検診について

- 乳がんは女性が発症するがん第1位で近年は増加傾向です。予防は難しく、**早期発見できれば治療が可能**なため、**セルフチェックや定期的に検診を受けることが大切です。**

《検査方法》

- マンモグラフィー検査（乳房専用のレントゲン検査）を行います。
49歳以下は2方向、50歳以上は1方向の撮影となります。
医師による視触診はありません。

子宮がん検診について

- 子宮がんには「子宮頸がん」と「子宮体がん」があり、20歳代の若い方の子宮頸がんが増えています。検診ではがんになる前の「異形成」も見つけられるため、**がんへ進行する前に発見することが可能です。**
- 子宮頸がんの7割はHPV（ヒトパピローマウイルス）が原因と言われており、**天塩町でも20～59歳の方を対象にHPV検査を実施しています。**

《検査方法》

- 子宮頸がん検診…子宮の入口を医師がブラシでこすって細胞を調べます。
- 子宮体がん検診…子宮の奥の部分の細胞を調べます。
- HPV検査……子宮頸がん検診で採取した細胞を使って検査します。
- エコー検査……超音波で子宮や卵巣の状態を確認します。

骨粗鬆症検診について

- 骨粗鬆症は骨量が少なくなることによって骨の強度が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。骨量は20歳頃までに最大となり、その後は年齢と共に減少します。
- 特に女性は骨が細く、出産・閉経などによって骨の代謝に関わるホルモンの減少や授乳による影響のため急激に骨量が減少します。その他にも生活習慣の乱れや他疾病の影響などの原因があります。**痛みなどの自覚症状がない場合が多く、定期的な骨密度検査が必要です。**

《検査方法》

- 足のかかとを検査器具の上に乗せて骨密度を調べます。素足で測定します。

《注意事項》

- 乳がん、子宮がん検診は2年に1回の受診を勧めているため、**令和7年度に受診されていない方を優先の対象としています。**骨粗鬆症検診は毎年度1回受診できます。
- 感染予防対策として各受付時間の定員が少なくなっているため、ご希望に添えない場合があります。ご希望の時間がある場合は、お早めにご予約ください。
定員に達した場合は、昨年度に受診されていない方を優先させていただきます。



令和8年 8月 外来診療予定表

8月の外来診療体制は次のとおりとなります。

ただし、やむを得ない事情により予告なく変更する場合がありますので、ご了承ください。

受付時間 日		外 来 診 療				出張医外来			各種予防接種
		午 前 8:30 - 11:00		午 後 14:00 - 16:00		診療科	医師	受付時間	
1	土								
2	日								
3	月	橋本	小笠原	橋本	小笠原				麻しん風しん
4	火	橋本	小笠原	橋本	小笠原				二種混合集団接種
5	水	橋本	小笠原	休診	休診				5種混合、ロタ、肺炎球菌、B型肝炎
6	木	橋本	小笠原	休診	休診				BCG
7	金	橋本	休診	橋本	休診				日本脳炎
8	土								
9	日								
10	月	休診	小笠原	休診	小笠原	糖尿病内科	続木	9:00～11:00	
11	火								
12	水	橋本	小笠原	休診	休診				5種混合、ロタ、肺炎球菌、B型肝炎
13	木	橋本	小笠原	休診	休診				BCG
14	金	橋本	小笠原	橋本	小笠原				日本脳炎
15	土								
16	日								
17	月	橋本	小笠原	橋本	小笠原				麻しん風しん
18	火	橋本	小笠原	橋本	小笠原				水痘、おたふく
19	水	橋本	小笠原	休診	休診				5種混合、ロタ、肺炎球菌、B型肝炎
20	木	橋本	小笠原	休診	休診				BCG
21	金	橋本	小笠原	橋本	小笠原				日本脳炎
22	土								
23	日								
24	月	橋本	小笠原	橋本	小笠原				麻しん風しん
25	火	橋本	小笠原	橋本	小笠原				おたふく(年長)集団接種
26	水	橋本	小笠原	休診	休診				5種混合、ロタ、肺炎球菌、B型肝炎
27	木	橋本	小笠原	休診	休診	婦人科	小野	13:00～16:00	(要予約)
28	金	橋本	休診	休診	小笠原	小児科	平野	9:00～16:00	(9:30ふれあいC)、全て接種可
29	土								
30	日								
31	月	休診	小笠原	橋本	休診	眼科	鈴木	9:00～14:00	(要予約)

【お願い】 ◎ 発熱、咽頭痛等カゼの症状のある方については、受診について電話でお問い合わせいただき、外来看護師の指示に従うようお願いいたします。

◎ 下記の日程につきまして、出張医外来診療及び医師不在のため休診といたします。
休診日…7日(小笠原副院長)、10日(橋本院長)、28日午前(小笠原副院長)午後(橋本院長)
31日午前(橋本院長)午後(小笠原副院長)

◎ 小児科外来につきまして、9:30からふれあいセンターにて乳児検診のため、平野医師が30分程度不在となりますのでご了承ください。なお、午後の診察は13:00からとなります。

◎ 糖尿病内科外来につきまして、上記の診療時間以外に、8:30～9:00及び13:00～14:00の時間帯は予約患者様の診療を行います。対象の方は医師の指示があった患者様のみとなりますのでご了承ください。

◎ 時間外におけるコンビニ受診(緊急性の低い軽症や気軽な受診)は、緊急性の高い患者様の治療に影響がありますのでご遠慮いただき、外来診療時間に受診願います。

不明な点がありましたら、病院受付窓口へお問い合わせください。

天塩町立国民健康保険病院 (Tel 2-1058)

天塩町ケアハウス「かがやき」

(軽費老人ホーム C 型)

入居者募集

天塩町ケアハウス「かがやき」では、次のとおり入居者を募集しております。

募集部屋	単身用居室 1 室
入居申込期間	令和 8 年 8 月 5 日 (水) まで 入居者選考委員会開催までに空室がでたときは、その居室も選考対象としますので、入居希望がある場合は入居申込期間までに入居申込書の提出をしてください。

ケアハウス	高齢者のひとり暮らしや、ご夫婦だけの生活に不安がある方を対象にした高齢者住宅です。 朝食・昼食・夕食を提供します。 施設では生活相談員や介護職員が各種相談に応じます。 緊急時は、併設施設の介護職員や看護職員が対応します。
-------	---

入居対象者	・ ご自身で身の回りのことが概ねできる方。 (在宅でのサービス等を利用して、日常生活ができる方。) ・ 年齢が 60 歳以上の方。 (ご夫婦の場合は、1 名が 60 歳以上であれば入居可能です。) ・ 身体機能の低下がある方。(例：ご自身で自炊ができない。) ・ ご家族による支援を受けることが困難な方。
-------	--

利用料金	・ 約 70,000 円～/1 ヶ月・1 名～。前年の収入に応じて変わります。 (食事・電気・上下水道料金を含みます。) ・ 夫婦部屋は、140,000 円～となります。 ・ 10 月から 4 月までは、暖房費 8,250 円/月のご負担があります。
------	---

〒098-3314
天塩郡天塩町字サラキシ 5710 番地
天塩町ケアハウス「かがやき」
電話 01632-2-2575
担当：塚本（土日祝日は担当者不在）

施設では、パンフレットや申込書を用意しております。施設見学も受け付けております。
ご不明な点などがありましたら、上記までご連絡をお願いします。