



地域包括支援センターは高齢者の相談窓口です

問 地域包括支援センター
(役場保健福祉課内)
☎ 85-2112

地域支え合いサポーター活動のご紹介

地域支え合いサポーターの皆さんが、地域の方の健康づくりのため地区サロン等で活動されています。「ふまねっとサポーター」と「ピピカツリハビリ体操指導士」について紹介します。

ふまねっとサポーター

ふまねっと運動とは、あみを踏まないように手拍子や歌に合わせた様々なステップを行うものです。現在、60～80歳代の29名のふまねっとサポーターが、14のサロン・団体で、ふまねっと運動を実施しています。また、サポーター自身の勉強（スキルアップ）・健康づくりのため自主研修会を2か月に1回開催しています。



▲自主研修会の様子

ピピカツリハビリ体操指導士

現在、17人の体操指導士が地区サロンなどでリハビリ体操の普及活動を行っています。

また、広報ぴっぷでリハビリ体操の紹介（不定期で掲載）をしています。



募集中

ふまねっとサポーターになりませんか？

サポーター養成講習会（オンライン）が開催されます。活動に関心のある方は、比布町包括支援センターへお問い合わせください。

きたよん通信

手話奉仕員養成講座（入門）
受講生を募集します

上川中部基幹相談支援センター「きたよん」

当麻町3条東2丁目11-1（当麻町役場庁舎内）

☎ 84-7111 FAX 84-7333 ✉ kitayon@potato.ne.jp

開設時間 月～金曜日（祝日を除く）午前8時30分～午後5時15分

障がい者虐待防止センター専用電話（24時間対応）☎ 84-7222



初めて手話を学ぶ方向けの講座です。皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 5月27日～11月11日の毎週水曜日（6月24日、9月23日を除く）

会場 愛別町総合センター（愛別町字本町345番地）

対象者 当麻町・比布町・愛別町・上川町に在住・在勤・在学者で、義務教育を修了した方。

受講料 無料（テキスト代4,290円は受講者負担）

※手話動画視聴を希望される方は各自申込となります（自己負担あり）

申込方法 電話、または、Eメールで5月15日（金）までにお申し込みください。

状況により変更・中止になる場合があります。詳細についてはお問合せください。

きたよんサロン

障がいのある方や家族が交流できる場として、月1回開催しています。

日時 4月22日（木）午後3時～
場所 比布町図書館

問い合わせ 保健福祉課 社会福祉室 福祉係・
上川中部基幹相談支援センター「きたよん」



自分の体を知るために健診を受けましょう

今年度の健診（検診）日程は下記の通りです。

4月上旬～下旬に、各種健診の案内を郵送しますので、ご確認ください。

集団健診を希望される方は、保健センターに申込票をご提出ください。

なお、令和7年度に集団健診（検診）を受けた方は、自動的に今年度も申し込みとなりますので変更がない場合は申込不要です。



令和8年度 各種健診予定表

①健康診査・がん検診

		実施日	申込先	健康 診査	がん検診					
					胃	肺	大腸	前立腺	子宮	乳
集 団	町民総合特定健診	7月14日～17日 10月14日～16日	保健センター	○	○	○	○	○	×	×
	旭川がん検診センター	7月8日・28日 8月14日・31日 1月19日・2月4日	保健センター	○	○	○	○	○	○	○
個 別	旭川がん検診センター	6月1日～3月31日	旭川がん検診 センター	○	○	○	○	○	○	○
	町立ぴっぷクリニック	6月1日～3月31日	町立ぴっぷ クリニック	○	○	○	○	○	×	×

②その他

事業名	実施日	対象者	申込先
いちごっ子ヘルスアップ健診	6月30日・7月1日	5年・8年生ほか	保健センター
エキノコックス検査		8年生、7～11区・新町にお住 まいの20歳以上の方	申込不要

●結核・肺がん検診について

「結核・肺がん検診」は、「肺がん検診」に統一し、町立ぴっぷクリニックで実施します。希望される方は、町立ぴっぷクリニックへ直接ご予約ください。

●がん検診無料クーポン券をご利用ください

下記対象の方には、がん検診無料クーポン券をお渡しします。各種健診案内に同封していますので、ぜひご利用ください。※年齢は令和9年3月31日時点です。

- ・48歳男性・49歳女性：「いっとこクーポン」胃・肺・大腸・子宮・乳がん検診が全て無料！
- ・26歳女性：「子宮がん検診無料クーポン」・41歳女性：「乳がん検診無料クーポン」

保健センターでは、以下の相談などに対応いたします！

●妊娠から出産、子育て

健診の助成、乳幼児健診、子育て・発育などの相談、予防接種助成など

●精神、ひきこもりに関する相談 ●感染症に関する相談 ●栄養に関する相談

●高齢者の予防接種に関する助成 ●その他、健康に関する相談

年1回、ご自身の健康管理のために健診を受けましょう！



お気軽に
ご相談ください♪



募集

手話奉仕員・手話通訳者・要約筆記者養成講座のお知らせ

▼初級手話講座

日時 5月19日(火)～12月8日(火)
の原則火曜日(全25回)

[昼の部] 午前10時～11時30分

[夜の部] 午後7時～8時30分

対象者 初めて手話を学ぶ義務教育を修了した方

テキスト代 4,290円

▼中級手話講座

日時 5月20日(水)～12月16日(水)
の原則水曜日(全27回)

[昼の部] 午前10時～11時30分

[夜の部] 午後7時～8時30分

対象者 初級手話講座を修了した方
テキスト代 4,290円 ※初級の
テキストがある方は不要

▼手話通訳者養成講座 I

日時 5月28日(木)から令和9年3
月18日(木)の原則木曜日(全37回)
午後7時～8時30分

協会けんぽ北海道支部からの
お知らせ

▼令和8年度保険料率改定について

令和8年3月分(4月納付分)
から健康保険料率は10.28%(マ
イナス0.03%ポイント)、介護保
険料率は1.62%(プラス0.03%)
となります。

また、令和8年4月分(5月納
付分)から始まる子ども・子育て
支援金率は0.23%となります。

ご自身の健康づくりや医療のか
かり方が将来的な北海道の医療費
上昇、保険料率の伸びを抑えるこ
ともにつながりますので、ご協
力をお願いします。

問い合わせ先

全国健康保健協会(協会けんぽ)
北海道支部 ☎011-762-0352

対象者 中級手話講座を修了した
方で本講座を修了していない方

テキスト代 5,060円

※受講前に面接試験有。また、来
年度に同講座Ⅱの受講が必要。

▼要約筆記者養成講座

日時 5月22日(金)～10月30日(金)
の火・金曜日(全43回) 午前10
時～正午

対象者 要約筆記者養成講座を修
了していない方

テキスト代 4,500円

▼共通事項

場所 旭川市障害者福祉センター
「おびった」

申込締切 4月22日(水)

※定員を超えると抽選となります。

申し込み・問い合わせ先

役場保健福祉課 社会福祉室
福祉係

生活・仕事巡回相談会

かみかわ生活あんしんセンター
では、仕事やお金、家族、人間関
係など、暮らしに関する悩みごと、
困りごとについての相談を受け付
けています。事前予約制です。

相談日 4月16日(木)

時間 ①午後1時～1時50分

②午後2時～2時50分

場所 福祉会館第4研修室

定員 ①②各1人

申込方法 相談日前日の午後3時
までに電話、FAX、メールで申込

相談料 無料

申し込み・問い合わせ先

かみかわ生活あんしんセンター

☎38-8800 FAX33-0021

✉anshin@kamikawa19.
hokkaido.jp

きたよん相談会のご案内

障がいのある方や不安を抱えて
いる方、自分のこと、家族のこと
など、きたよんの相談員が対応し
ます。4町内(当麻町・比布町・
愛別町・上川町)にお住まいの方、
ご家族、関係機関の方がご利用で
きます。予約は必要ありません。
当日会場にお越しください。

日時 4月28日(火)午後1時30分～
3時30分

会場 福祉会館

問い合わせ先

上川中部基幹相談支援センター

☎84-7111

✉kitayon@potato.ne.jp

募集

後期高齢者医療制度
運営協議会委員の募集

北海道後期高齢者医療広域連合
では、住民の皆さんの代表として、
制度の運営に関する重要事項を審
議していただく運営協議会委員を
募集しています。

応募資格 道内在住の満18歳以上
の方(ただし、国会議員・地方議
会議員や公務員などを除く)

任期 令和8年7月から2年間(年
2回開催予定)

応募方法 北海道後期高齢者医療
広域連合および市区町村窓口にあ
る応募要領を参照してください。

応募締切 4月30日(木)

選考 選考委員会を設置し、提出
された小論文等により総合的に委
員を選考します。

報酬 1日につき5,000円の報酬
と旅費を支給します。

問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

☎011-290-5601