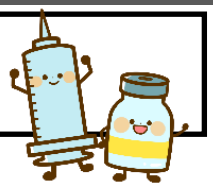
広報わっさむ お知らせ版

2026.11.5発行
NO.424

編集　総務課情報防災安全係（TEL32-2421）
※お知らせ版は全ての人が読みやすいユニバーサルデザインフォントを使用しています

診療所からのお知らせ

インフルエンザ・新型コロナの予防接種できます。
11月14日（土）も接種できます。
ご予約は診療所まで。（要予約　TEL32-2103）



令和８年　11月　診療カレンダー

	月	火	水	木	金
日にち	2	3	4	5	6
午　前	伊　尻	文化の日	伊　尻	伊　尻	伊　尻
午　後			休　診		
日にち	9	10	11	12	13
午　前	安孫子	安孫子	安孫子	安孫子	安孫子
午　後		安孫子（2：30～）	休　診		
日にち	16	17	18	19	20
午　前	安孫子	安孫子	安孫子	安孫子	安孫子
午　後		安孫子（2：30～）	休　診	安孫子（2：30～）	
日にち	23	24	25	26	27
午　前	勤労感謝の日	安孫子	安孫子	安孫子	安孫子
午　後		安孫子（2：30～）	休　診		
日にち	30				
午　前	安孫子				
午　後					

※診療所内ではマスクの着用にご協力をお願いしています。

正面玄関開錠　AM 8:00
午前受付時間　AM 8:15～ AM 11:45
午後受付時間　PM 1:15～ PM 4:30

【夜間や休日などの診療時間外で】

体調が悪い。
気になる身体の症状がある。
けがの応急処置方法が知りたい。
医療機関の情報が知りたい。
等々

そんな時は、『わっさむ健康あんしんダイヤル24』をご利用ください。

☎０１２０－２００－７１４

電話番号の登録をお願いします。



- 24時間　年中無休／通話料・相談料無料。
- 非通知設定での対応はできません。
- 急病、重症のときは、119番（救急要請）におかけください。
- 医師・保健師・看護師などの相談スタッフが対応します。（委託先：ティーペック株式会社）

■診療所（TEL32-2103）

11/11（水） Ｊアラート（全国瞬時警報システム）緊急情報伝達テスト放送

Ｊアラート（全国瞬時警報システム）で、国から送られてくる緊急伝達テスト放送を、防災行政無線から放送します。

●訓練実施日時　11月11日（水）午前11時

●放送内容　①始まりのチャイム
②「これは、Ｊアラートのテストです。」×３回
③「こちらは、防災わっさむです。」
④終わりのチャイム

■総務課情報防災安全係（TEL32-2421）

11/17（火） 悩みや困りごとの相談会を開催します

暮らしに関する悩みごと、困りごと（仕事、お金、家族、人との関係のことなど）について、ひとりで悩まずにご相談ください。一緒に解決方法を考えます。



●開催日時　11月17日（火）
①午後１時～午後１時50分　②午後２時～午後２時50分

●開催場所　保健福祉センター

●申込方法　開催日の前日までに電話、FAX、メールで予約【要事前予約】

●申込先　自立相談支援事業所「かみかわ生活あんしんセンター」
電話 0166-38-8800　FAX 0166-33-0021　メール anshin@kamikawa19.hokkaido.jp

●相談料　無料

●その他　「かみかわ生活あんしんセンター」の相談支援員が対応します。

■保健福祉課福祉係（TEL32-2000）

11/18（水） 生ごみ処理方法変更に係る町民説明会の開催について

これまで剣淵町と二町で共同運営していた東和生ごみ処理場が、老朽化に伴い令和９年３月末をもって生ごみの受入を終了することとなりました。

令和９年４月からは、生ごみは可燃ごみとして焼却処理することとなりますので、今後の生ごみの出し方について下記の日程で説明会を開催します。

開催日	会場	開始時間		
11月18日(水)	町民センター子ども会室	①午前10時～	②午後１時30分～	③午後６時30分～

※各回の説明内容は同じですので、ご都合の良い時間帯にご参加ください。

■住民課環境衛生係（TEL32-2422）

11/25（水） 生活習慣病予防教室

健康的な生活を送るためのヒントが学べる教室です。体の仕組みを知って、ご自分に合った生活習慣を見つけてみませんか？今回の内容は「肝臓」に関するお話です。



●日　時　11月25日（水）午前９時30分～午後１時

●場　所　保健福祉センター２階　ふれあいルーム・調理実習室

●テーマ　「お酒だけじゃない　肝臓と生活習慣」

●内　容　講話、調理実習と試食

●対　象　下記に該当する方、またはそのご家族
・高血圧、脂質異常症、糖尿病のいずれかと診断を受けた方
・健康診断等で血圧、中性脂肪、LDL ｺﾚｽﾃﾛｰﾙ、血糖値のいずれかが高いと言われた方

●持ち物　エプロン、筆記用具（持っている方は、糖尿病連携手帳、血圧手帳）

●参加料　300円

●申込み　11月17日（火）までにQRコードまたは、保健福祉課保健係までお申し込みください。

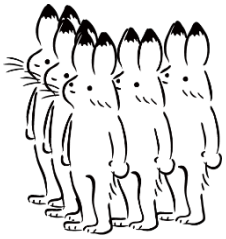
■保健福祉課保健係（TEL32-2000）

11/29
（日）

コーラスにれ 50 周年記念演奏会

町内で活動する「コーラスにれ」による 50 周年記念演奏会を開催します。
この日のために結成された特設合唱団も出演します。
皆さんのご来場をお待ちしています。





●日　時　　11 月 29 日（日）開場 午後 1 時
　　開演 午後 1 時 30 分～
●場　所　　公民館 1 階　恵み野ホール
●入場料　　無料

■教育推進課社会教育係（TEL32-2477）
詳しくはコーラスにれ 事務局まで（TEL32-3283）

文芸和寒第 56 号　原稿募集

公民館では、豊かな心と潤いのある地域づくりを目指した文化活動の推進のため、町民文芸誌『文芸和寒』を発刊します。

皆さんからの寄稿をお待ちしています。



●文芸誌名　「文芸和寒第 56 号」
●応募資格　町民もしくは町ゆかりのかた
●作品内容　随筆（4,000 字以内）詩・短歌・俳句（10 点以内）
●応募方法　住所、氏名、サークル等に加盟している場合は団体名を明記し、12 月 25 日（金）までに QR コード（インターネット）または、教育推進課社会教育係までお申し込みください。
インターネット URL：https://logoform.jp/form/c8f2/1868220
【インターネットで出来ること】
・文章を直接打ち込めます
・ワード、PDF、エクセルでの投稿
・作品の写真を撮って投稿

■教育推進課社会教育係（TEL32-2477）

緊急医療情報キット（命のバトン）はお持ちですか？

【緊急医療情報キット（命のバトン）とは？】

医療情報や緊急連絡先などを記入した用紙を専用容器に入れて、ご家庭の冷蔵庫の中に保管しておくものです。

●どのような時に使う？

緊急時、自分の状況を伝えることができない時などに救急隊員が専用容器を確認します。
適切で迅速な救急活動に役立ち、ご家族への連絡もスムーズに行えます。





●対象者　（1）65 歳以上のひとり暮らし世帯
　　（2）70 歳以上の高齢者世帯
　　（3）その他キットの設置が必要と思われる世帯
　　（日中独居、障がい者世帯など）
●配　布　保健センター窓口で申請書を記入後、その場で配布。
　　（すでにお持ちの方は用紙や専用容器を新しく交換することも出来ます。）
●料　金　無料
●その他　医療情報などを定期的に更新しましょう。

■保健福祉課地域包括支援センター（TEL32-2000）

いつもと違うお風呂はいかがですか



【変わり湯　烏龍茶湯】

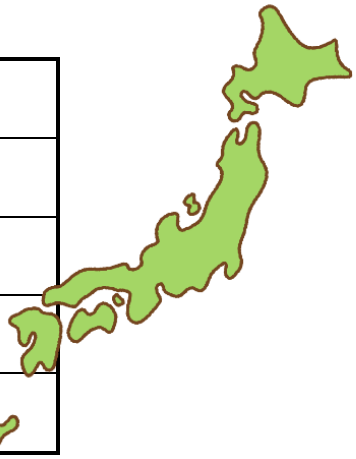
この湯は、保湿効果やリラックス効果があると言われています。
ぜひお楽しみください。

●日にち　　11月15日（日）

【日本一周湯めぐり紀行】

11月から３月まで、入浴剤を使った『日本縦断湯めぐり紀行』を下表のとおり実施します。
全てに入浴された方は、入浴１回無料となります。
この機会に保養センターをご利用ください。

11/12	のぼりべつ 登別温泉(北海道)	1/28	はこね 箱根温泉(神奈川)
11/26	ざおう 蔵王温泉(山形)	2/11	ゆがわら 湯河原温泉(神奈川)
12/10	きぬがわ 鬼怒川温泉(栃木)	2/25	いずしもだ 伊豆下田温泉(静岡)
12/24	くさつ 草津温泉(群馬)	3/11	どうご 道後温泉(愛媛)
1/14	のざわ 野沢温泉(長野)	3/25	ゆふいん 由布院温泉(大分)



※すべて第２・４木曜に行います。

●時　間　　午後４時～午後９時まで（11月１日から営業時間が変更となっています。）
※土日はサウナも利用できます。

■住民課環境衛生係（TEL32-2422）

土曜・日曜のがん検診

旭川がん検診センターでは土曜、日曜のがん検診を実施しています。
健康診断も同時実施可能で、平日の受診が難しい方におすすめです。なお、日曜検診では、子宮・乳がん検診は全て女性の医師と技師が担当になります。

●日程・料金

場所	
旭川がん検診センター	
日程	**受付時間**
第1・3土曜日 12月13日（日） 令和９年1月24日（日） 令和９年3月28日（日）	午前８時15分～ 午前10時30分 ●日曜日に胃カメラ・骨粗しょう症検診は受けられません
令和９年２月14日（日） ※女性のみ予約可能	午前８時15分～ 午前10時30分 午後１時～午後２時

検診項目	検査方法	対象者（年度末年齢）	自己負担額
肺がん	胸部レントゲン	40歳以上の方	0円
胃がん	胃バリウム	35歳以上の方	1,000円
	胃カメラ		2,500円
大腸がん	便潜血検査	35歳以上の方	500円
子宮頸がん	頸部細胞診	20歳以上の女性	700円
	超音波検査		300円
乳がん	超音波検査	20～29歳の女性	1,000円
	マンモグラフィ検査	30歳以上の女性	1,000円
その他の検査			
骨粗しょう症	腕の骨のX線検査	40～70歳の女性	300円
前立腺がん	血液検査	50歳以上の男性	800円

【予約】QRコードまたは、保健福祉課保健係まで
（胃カメラは、電話予約が必要です。）



■保健福祉課保健係（TEL32-2000）

災害義援金へのご協力のお願い

このたびの台風第25号の影響により、甚大な被害が発生しました。

日赤和寒町分区、和寒町共同募金委員会では被災された方々への支援のため、次の窓口で義援金を受け付けています。

また、現在受付中の「令和８年熊本地震災害義援金」及び「令和８年８月千葉県豪雨災害義援金」についても、受付期間が延長されましたので、併せてお知らせします。

皆さんから寄せられた善意の義援金は、日本赤十字社や中央共同募金会を通じて被災地の救援活動に使わせていただきますので、ご協力願います。

●受付場所・振込先

義援金受付場所	
・保健福祉センター、役場お客さま窓口（日赤） ・社会福祉協議会（共募）	受領証をご希望の場合は窓口でお申し出ください。

個人で振り込まれる場合		
郵便局 ゆうちょ銀行	講座記号番号	00110－７－606005
	口座加入者名	日赤令和８年台風第25号災害義援金
	・郵便局、ゆうちょ銀行窓口での取り扱いの場合、振替手数料は免除されます。 ・受領証発行をご希望の場合は、通信欄に「受領証希望」とご記載ください。	

●受付期間　　令和９年３月31日（水）まで（上記３件共通）

※寄せられた義援金の情報は、被災地の日本赤十字社支部と中央共同募金会で共有されることがありますので、ご理解をお願いします。

義援金に関する詳細につきましては、日本赤十字社ホームページをご確認ください。



■保健福祉課福祉係（TEL32-2000）

第41回全町ミニバレー大会

●日　　時　12月６日（日）午前９時～受付　午前９時30分～開会式

●場　　所　総合体育館

●対 象 者　町内在住の高校生以上及び町内に勤務する一般男女

※町出身者及び町にゆかりのある方で参加希望の方は、事務局までご相談ください。

●参 加 料　１チーム　1,000円（当日徴収）

●カテゴリー　１チーム６名以内（４人制交替２名）

・混成の部（コート内　最低男女各１名以上）

・女子の部（女性のみ）

・50歳以上の部（男女フリー）

●ル ー ル　全日本ミニバレーオフィシャルルールに準ずる

●申 込 み　11月14日（土）午後５時までに、下記いずれかの方法でお申し込みください。

※できる限りFAX・SMSの活用をお願いします。

・申込用紙を提出の場合（申込用紙は総合体育館まで）

総合体育館またはミニバレー協会事務局（FAX 32-4234）までお申し込みください。

・ショートメッセージ(SMS)での申込の場合

SMS…090-8898-5476（事務局　栗山）

■詳しくはミニバレー協会事務局　栗山まで（TEL090-8898-5476）

TOWN　INFORMATION

2026
11月

行事日程は、変更になる場合がありますので、
お確かめのうえご利用ください。

タ　ウ　ン　情　報

和寒町

15（日）	
16（月）	
17（火）	悩みや困りごとの相談会 （13:00～14:50 保健福祉センター） 予防接種(乳幼児) （14:00～保健福祉センター）
18（水）	ふれあい遊び(10:30～こども館)
19（木）	
20（金）	ティータイム(10:30～こども館)
21（土）	旭川陸上自衛隊第二音楽隊コンサート開催 （14:00～公民館恵み野ホール）
22（日）	
23（月）	
24（火）	予防接種(乳幼児) （14:00～保健福祉センター）
25（水）	生活習慣病予防教室 （9:30～保健福祉センター） わっさむフレンドパーク(15:40～小学校)
26（木）	楽笑体操教室(9:30～11:00、 13:30～15:00 保健福祉センター）
27（金）	お話し会(10:30～こども館) スポーツ協会表彰式(18:00～公民館)
28（土）	
29（日）	コーラスにれ50周年記念演奏会 （13:30～公民館）
30（月）	

12　月 1（火）	予防接種(乳幼児) （14:00～保健福祉センター）
2（水）	ふれあい遊び(10:30～こども館)
3（木）	
4（金）	お話し会(10:30～こども館)
5（土）	
6（日）	
7（月）	1歳6ヵ月健診、3歳児健診、 5歳児健診(13:00～こども館) 乳児健診(14:00～こども館)
8（火）	予防接種(乳幼児) （14:00～保健福祉センター）
9（水）	わっさむフレンドパーク(15:40～小学校)
10（木）	楽笑体操教室(9:30～11:00、 13:30～15:00 保健福祉センター）
11（金）	お話し会(10:30～こども館)
12（土）	ジュニアイングリッシュ(9:00～公民館)
13（日）	
14（月）	
15（火）	
16（水）	ふれあい遊び(10:30～こども館)

ホームページアドレス　http://www.town.wassamu.hokkaido.jp