

しおか
Shika Town
No.117

5

2015
(平成 27年)

INDEX

富来B & G海洋センター新装オープン	2-3
特定健診・がん検診	4-5
情報パーク	9-13
まちかどNews	18-19
志賀町プレミアム商品券販売!	20

プールって 楽しいな♪

富来B & G海洋センター
フレアがリニューアル!

心も体も
リフレッシュ♪



①新装オープンを祝い、テープカット ②全国大会出場4選手による泳ぎの披露
③④⑤田中雅美さんの水泳教室 ⑥教室に参加した児童と田中さんとの記念撮影

子どもから大人まで、
フレアで楽しく健康に！
富来B&G海洋センターフレアで新装オープン記念式典！

ここが
すごい！

最新マシン導入！トレーナー常駐！



トレーニングルーム

ランニングマシン、エアロバイク、油圧式マシンなど最新マシンが入りました！筋肉量や脂肪量が分かる測定器InBodyも導入。専門スタッフが、運動アドバイスを行います！

ここが
すごい！

新設スタジオで体操教室を開講！



スタジオ

従来のプールレッスンに加え、新設スタジオでは、エアロビクス、アロマストレッチ、ピラティス、健康体操などのレッスンを開講しています。床は、クッションフロアで安全・安心です♪

町の健康増進と地域活性化に 貢献したいと思います！

水泳は、とても体にいいスポーツです。屋内温水プールで、子どもから大人まで、年中気軽に利用できます。トレーニングルームを拡張し、最新マシンも導入。新設スタジオでは、専門スタッフによるレッスンを開講しています。シャワー室、浴室、サウナもあり、充実の施設です！健康増進のため、ぜひご利用ください！お得なレッスンフリーパスや年間利用券も販売中です！

ミズノスポーツサービス(株)
奥田 恭平 支配人



4月1日から
ミズノスポーツサービス(株)
が管理運営しています！



2000年シドニー五輪
競泳400mメドレーリレー
銅メダリスト

田中 雅美 さん

水泳教室の生徒たちは、すぐに上達し、とても飲み込みが早いと感じました。プールは明るく、水がやわらかくて気持ちよく泳げました。とても素敵なこの施設を、より多くの人に使ってほしいと思います。

気軽に利用でき、愛される施設に

4月から新装オープンした屋内プール施設「富来B&G海洋センター」。3月22日(日)のリニューアルオープン記念式典では、小泉町長が「気軽に利用でき、愛される施設になってほしい」とあいさつしました。改修費の一部を助成したB&G財団(東京)の菅原悟志専務理事やシドニー五輪競泳銅メダリストの田中雅美さんらがテープカットしました。泳ぎ始め式では、田中さんが平泳ぎを、全国大会に出場した町内4選手が得意の泳ぎを披露しました。

式典後、田中雅美さんによる水泳教室に、町内小学生46人が参加しました。田中さんは、笑顔を絶やさずに泳ぎのコツを伝授。児童らは、アドバイスを一生懸命聞いて、楽しそうに泳いでいました。

☎ 生涯学習課 ☎ 32-9350

利用者の声

ジュニアコース(小学生)



関口 美咲季 さん
富来小1年

5歳から始め、潜ったり、蹴伸びで15m泳げます。毎回できることが増え、楽しいです。



中谷 瑞希 くん
富来小1年

この4月から始めました。スポーツの中でも、水泳が一番楽しくて大好きです。



村田 和希 くん
富来小1年

4月から始め、潜れるようになりました。色々な泳ぎができるようになりたいです。

きッズコース(4~6歳)



(左から) **東 ゆり** ちゃん とき保育園年長

関口 愛季夏 ちゃん とき保育園年中

寺井 美華 ちゃん とき保育園年長

先生はやさしく、笑顔で教えてくれます。できたら褒めてくれます。とても楽しいです!

富来地頭町 60代・女性

昔から利用しています。約7年前に膝が痛くなり、プールに通うことで痛みが消えました。運動で適度な筋力をつけることは大切だと痛感。現在は、健康のためにトレーニングルームを利用しています。

福浦港 60代・女性

健康でいることは、医療費の負担軽減にもなり、自分や家族、町にとっても大きなメリットだと思います。新しくなり、より充実した施設をもっと利用し続けたいです。

きッズ、ジュニア、選手コースのスイミングスクールは50人が受講中です!

必ず受けよう!!

特定健診・がん検診

本町の国保加入者で、特定健診を受けている人は受けていない人より、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の治療費が7,707円安くなっています。

生活習慣病は、自覚症状がないまま進行し、症状が出てから医療機関を受診すると悪化している場合が多く、その結果、治療費が高くなることにつながります。

特定健診を受けると治療費が安くなるってホント？

ホント！

まずは
特定健診を受けて
自分の健康状態を確認し
生活習慣の改善に
役立てましょう！

●志賀町国保の特定健診受診者と未受診者の生活習慣病治療費の比較

平成 25 年度	0	10,000	20,000	30,000 (円)
健診受診者の生活習慣病治療費			18,911円	
健診未受診者の生活習慣病治療費				26,618円
			差額：7,707円	

●健診のお知らせ●

健診名	対象者	健診期間	健診会場	持ち物
健康診査 (特定健診)	40～75歳未満 (志賀町国保加入者)	5月25日～ 6月28日	集団健診会場	①特定健康診査受診券 ②保険証
		6月1日～ 9月30日	町内医療機関 公立羽咋病院 公立能登総合病院 定楯医院	
健康診査 (30歳代健診)	30～39歳 (志賀町国保加入者)	5月25日～ 6月28日	集団健診会場 (事前申込が必要)	
健康診査	75歳以上の住民 (後期高齢被保険者)	6月1日～ 9月30日	集団健診会場	
		6月1日～ 9月30日	町内医療機関	
がん検診	40歳以上の住民	5月25日～ 6月28日	集団健診会場	①がん検診受診券 ②検診費用

【健診を受けるにあたって】

- 食事をしないで受診してください。
- 高血圧の薬を朝飲んでいて、胃がん検診を受ける人は、早朝(6時頃)に少量の水で薬を飲んでください。
- 治療中の人でも必ず受診してください。

受診券は、5月上旬に該当者全員に送付します。

(青色封筒)

今年も！今年こそ！！

集団健診・がん検診

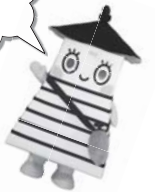
<受付時間 8:30～10:30>

実施日	会場	対象地区
5月25日(月)	土田公民館	徳田・館開・火打谷
5月26日(火)	土田公民館	矢田・印内・代田・仏木・谷屋・栗山・牧山・新林
5月27日(水)	加茂公民館	加茂地区
	稗造公民館	稗造地区
5月28日(木)	上熊野公民館	上熊野地区
6月1日(月)	熊野公民館	熊野地区
6月2日(火)	西海公民館	西海風無
6月3日(水)	下甘田公民館	下甘田地区
	西海公民館	西海風戸・西海千ノ浦・西海久喜
6月4日(木)	中甘田公民館	福野・大島
	東増穂公民館	八幡・八幡座主・中泉・相神・草江・大福寺
6月5日(金)	中甘田公民館	長沢・宿女・岩田・甘田・坪野
	東増穂公民館	里本江・中浜・給分
6月8日(月)	志加浦公民館	安部屋・安部屋営団・上野・川尻
	西浦コミュニティーセンター	鹿頭
6月9日(火)	志加浦公民館	小浦・百浦・赤住・大津・町・志賀の郷住宅
	赤崎構造改善センター	赤崎・小窪
6月10日(水)	堀松公民館	堀松・緑ヶ丘・梨谷小山・北吉田・清水今江・出雲
	笹波集会所	笹波・前浜
6月11日(木)	富来活性化センター	富来高田・富来地頭町
6月12日(金)	富来活性化センター	富来領家町・富来七海・富来生神・富来牛下
6月15日(月)	旧福浦小学校	福浦港地区
	酒見構造改善センター	酒見、栢木、稲敷、香能
6月16日(火)	保健福祉センター	末吉・神代・矢蔵谷・猪の谷・ロイヤルシティ・西山台
6月17日(水)	保健福祉センター	高浜1～8区
6月18日(木)	保健福祉センター	高浜9～11区、旭ヶ丘・はまなす・あすなろ・新大念寺・東旭
6月21日(日)	富来活性化センター	日曜健診(全地区)
6月28日(日)	保健福祉センター	日曜健診(全地区)

日本人の2人に1人ががんにかかり、3人に1人が、がんで命を落としています。しかし、がんは不治の病ではありません。早期発見・早期治療で完治の確率もぐっと高くなります。

日本人の2人に1人が
がんってホント？

ホント！



早期がんを
みつけるためには
定期的に検診を
受けることが
大切です！

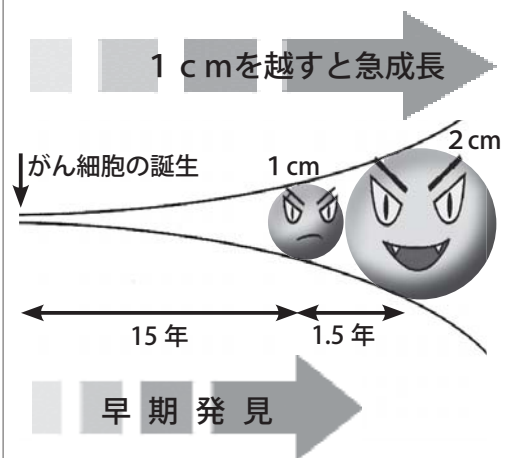
平成25年がんによる死亡数

志賀町 111人

石川県 3,416人

(人口動態統計より)

●がん細胞の成長と時間●



がん細胞が1cmになるのに約15年かかりますが、1cmから2cmになるのに2年もかかりません。1cm以下のがんは発見が難しく、1cmから2cmの間に発見されるのが早期のがんです。