

外ヶ浜町インセンティブ事業対象

外ヶ浜町医療講演会

知っておきたい



目の健康講座

参加無料

当日参加OK

開催日 2025年9月20日(土) 時間 14:00-16:00 開場13:30～

会場 外ヶ浜町総合福祉センター(などわーる) 外ヶ浜町下蟹田43-2

対象 どなたでも

※無料送迎バスあり(要申込み) バス時刻は裏面へ

講演1 14:15-14:45

「身近な目の病気について ～検診結果に書かれる呪文のナゾ～」

きむら眼科 院長

木村 智美 先生



講演2 14:45-15:15

「正しい目薬の使い方」

株式会社 沖舘薬局 薬剤師

岡島 裕史 先生



アンケートに答えた方へ粗品プレゼント

ブース出展

- ✓ 目の健康セルフチェック 緑内障簡単チェック・小児近視情報ご紹介
- ✓ 血管年齢測定 動脈硬化がどれだけ進んでいるかを表す指標のひとつです。
- ✓ ベジチェック 野菜摂取レベルはいくつ? 野菜不足解消をサポートします。
- ✓ 脳年齢測定 短期的な記憶力を測ることで、側頭葉の活性度やアルツハイマー型などの傾向を測ります。
- ✓ AGEsセンサー(糖化測定) 疲れやすい、老け見え、髪・肌のハリコシは糖化が原因かも?
- ✓ 体組成計Inbody270 体の”中身”をのぞいてみよう! 生活習慣の対策に!



外ヶ浜町インセンティブ事業
(国民健康保険事業)

健康づくりに取り組んで、商品をゲットしよう!

特定健診を受診し、

保健指導や対象の健康づくり事業に参加!

抽選で景品を贈呈します。

詳細は、福祉課またはホームページで

インセンティブ事業
詳細はこちらから



お問い合わせ・無料送迎バス申込み先

外ヶ浜町役場 福祉課

HP:<https://www.town.sotogahama.lg.jp/>

☎ 0174-22-2941(福祉課)

事前申込みおよび無料送迎バスは、ホームページ・電話・二次元バーコードより



主催 外ヶ浜町役場

共催 株式会社バイタルネット/第一生命保険株式会社/明治安田生命保険相互会社

協賛 参天製薬株式会社



バス時刻



行き

【蟹田地区】

バス停 | 発車時刻

南沢スクールバス停留所 | 12:57
 大平会館 | 13:03
 山本会館 | 13:05
 上小国会館 | 13:07
 中小国会館 | 13:09
 下小国会館 | 13:11
 外黒山屯所 | 13:13
 旧パチンコビック | 13:19
 桜町広場 | 13:21
 旧法務局 | 13:24
 蟹田公民館 | 13:25
 旧七尾呉服店 | 13:26
 名久井商店 | 13:28
 石浜会館 | 13:30
 石浜木野田商店 | 13:31
 塩越会館 | 13:33
 塩越旧小川商店 | 13:35
 塩越角田健一郎さん宅前 | 13:37
 中師会館 | 13:40
 旧永江食堂 | 13:42
 中央公民館 | 13:43
 ↓ | ↓
 などわーる | 13:45

【平館地区】

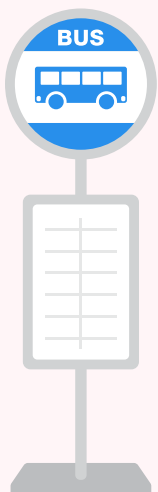
バス停 | 発車時刻

宇田 | 12:55
 宇田藤巻 | 12:56
 宇田成田 | 12:57
 宇田最上 | 12:58
 頃々川中村 | 12:59
 頃々川 | 13:00
 営業所 | 13:01
 石崎 | 13:02
 下石崎 | 13:03
 平館灯台前 | 13:04
 御仮屋前 | 13:06
 平館門の沢 | 13:07
 平館後田 | 13:08
 平館 | 13:09
 根岸山居 | 13:10
 根岸 | 13:11
 旧平館支所前 | 13:12
 旧農協平館支店 | 13:13
 野田神橋 | 13:14
 野田小川 | 13:15
 野田鳴川 | 13:16
 野田山下 | 13:17
 野田漁協前 | 13:18
 野田 | 13:19
 今津才の神 | 13:21
 今津 | 13:22
 平館漁協前 | 13:23
 船岡中島前 | 13:25
 船岡越田前 | 13:25
 下船岡 | 13:26
 上磯山 | 13:27
 下磯山 | 13:28
 ニッ谷算用子 | 13:29
 ニッ谷 | 13:30
 ↓ | ↓
 などわーる | 13:40

【三厩地区】

バス停 | 発車時刻

竜飛漁協前 | 12:05
 竜飛岬郵便局 | 12:06
 木落 | 12:07
 鑑島 | 12:08
 板柳 | 12:09
 鳴神 | 12:10
 尻神 | 12:11
 川柱 | 12:12
 梨ノ木間 | 12:13
 鑑泊 | 12:14
 うてつ保育園前 | 12:15
 上宇鉄漁協前 | 12:15
 上宇鉄 | 12:16
 元宇鉄 | 12:17
 釜野澤 | 12:18
 下釜野澤 | 12:19
 四枚橋 | 12:20
 藤嶋 | 12:21
 上六條間 | 12:22
 六條間 | 12:23
 算用師 | 12:24
 上中浜 | 12:25
 中央中浜 | 12:26
 下中浜 | 12:27
 義経寺前 | 12:28
 旧県信用前 | 12:28
 三厩支所前 | 12:29
 三厩診療所 | 12:30
 上増川 | 12:31
 中央増川 | 12:32
 下増川 | 12:33
 三厩駅前 | 12:35
 三厩駅通り | 12:35
 東町団地前バス停 | 12:36
 三厩森林管理署前 | 12:38
 増川教員住宅裏 | 12:40
 三厩支所駐車場 | 12:42
 ↓ | ↓
 などわーる着 | 13:30



帰り

【蟹田地区】

15:50頃

【平館地区】

15:45頃

【三厩地区】

15:40頃

※発車時刻はおおよその時間です。

※交通事情等により前後することがありますのでご注意ください。

※上記以外での乗車を希望する場合は、申込時にお知らせください。

※帰りは終わり次第出発。

※経路は行きの逆ルートになります。