

保健だより

令和6年11月号 No.596

11月の保健福祉業務をお知らせします。

	曜日	行事	健康ポイント	場所	時間（受付）	対象者
1	金	離乳食教室（中期～完了期）	1	保健センター	10：00～12：00	該当者個人通知
5	火	こころの健康相談		保健センター	10：00～11：30	希望者
6	水	まめでいきいき教室	1	保健センター	13：00～16：00	申込者
7	木	アラウンド古希の健康で長寿になるための教室	1	保健センター	10：00～12：00	申込者 持ち物：エプロン、三角巾、300円
11	月	オーバードレーニング教室	1	まめのわフィットネスルーム	13：30～14：30	申込者
12	火	らくらく適塩教室 尿中ナトリウム検査		保健センター	8：30～10：00	申込者
13	水	まめでいきいき教室	1	保健センター	13：00～15：00	申込者
		4ヶ月児健診		木曽町役場本庁はぐくみ広場	（14：00～14：30）	該当者個人通知
14	木	インターバル速歩教室	1	保健センター集合→社会体育館	※今回は、昼の部のみ 8：30～11：00	申込者
22	金	らくらく適塩教室	1	保健センター	13：30～15：00	申込者
25	月	親と子の心と体の相談会		保健センター	9：00～16：00	申込者
		福祉医療給付金振込日		※	※	該当者
26	火	幼児健診		保健センター	（13：10～14：00）	該当者個人通知
27	水	まめでいきいき教室	1	保健センター	13：00～16：00	申込者
28	木	年中親子育て相談		保健センター	13：00～16：00	該当者個人通知
29	金	オーバードレーニング教室	1	まめのわフィットネスルーム	13：30～14：30	申込者

ご自身、ご家族の健康で気になることありませんか？

木祖村健康相談ダイヤルでは、以下のような健康に関するお悩みの際にお使いいただいています。

- ・健康・人間ドックに関すること（例：健診結果について詳しく説明してほしい）
- ・健康保持・増進に関すること（例：健康のために〇〇をしているが、効果はどうだろうか）
- ・身体の症状に関すること（例：この症状は病院に行くべきか。どの科を選べばいいか）
- ・家庭看護に関すること（例：介護の悩みを聞いてほしい。ケガの応急手当の方法を教えてほしい）
- ・治療中に関すること（例：治療中の症状のことで、行っている治療や薬について相談したい）
- ・育児に関すること（例：子供が少し気になる行動をするが、何か意味があるのか知りたい）
- ・母子保健に関すること（例：出産後の生活が不安。遺伝についての悩みを相談したい）
- ・紹介・手配に関すること（例：福祉施設を探している。利用可能な搬送サービスはあるか）

等

経験豊かな相談スタッフが、健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどの相談にアドバイスします。

また、全国36万件を超える医療機関データベースからご要望にそった医療機関をご案内します。

プライバシーは厳守されますので安心してご利用ください

ダイヤルは24時間
365日無料でお使い
いただけます。

木祖村健康相談ダイヤル
電話番号は各戸配布をご覧ください

詳細を知りたい方も、
お気軽にお問い合わせ
ください！

後期高齢者健康診査(個別健診)について

後期高齢者健康診査について指定の医療機関で受けられるようになりました。**75歳以上の方**で、今年度健診がお済でない方は、ご利用ください。受診の方法は下記のとおりです。ご不明な点は、保健係まで問い合わせください。

- ① 保健係(36-2001)に連絡をする。
- ② 保健係から発行される健診の受診券を受け取る。
- ③ 医療機関に予約する。(医療機関によって受診できない場合もあります)
- ④ 受診券等を持参し、予約した医療機関で健診を受ける。

* 受診券がないと健診を受けることができません。受診前に必ず保健係までご連絡下さい。
* 今年度、既に村の集団健診または人間ドックを受診されている場合は対象外となります。

お申し込み・お問い合わせ先
住民福祉課 保健係
Tel 36-2001



令和7年度 検診申込について



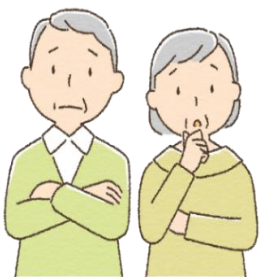
「令和7年度 検診申込書記入のお願い」を11月末ごろに各世帯に郵送いたします。

申込書に記入し、期日までに提出いただきますようお願いいたします。

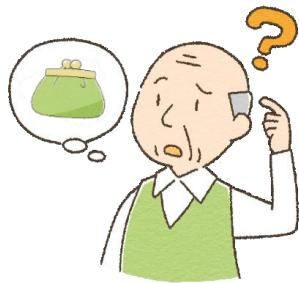


高齢者のご家庭でのお困りごと 木祖村地域包括支援センター にご相談ください！

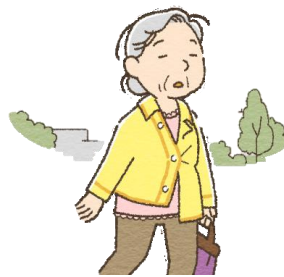
例えば、こんな時・・・



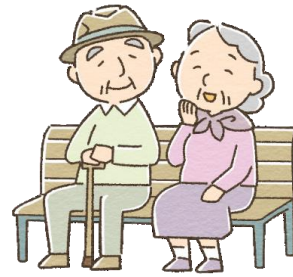
介護保険を利用したいけれど、どんなサービスがあるのか、どう手続きすればよいか分からない。



最近物忘れが増えてきて、財産の管理ができなくなった。悪徳商法にあたりしなにか心配だ。



最近、近所に住む高齢者の方の様子が以前と違う気がするけれど、どこに相談すればいいのかわからない。



木祖村に住んでいる両親が元気に暮らせているか心配だけれど、なかなか様子を見に行けない。

どうぞお気軽にご相談ください。

その後、必要に応じて専門の支援機関にもおつながします。(社協など)

窓口での相談のほか、ご自宅などにも訪問させていただきます。

※来訪時には、事前にご連絡をいただくと迅速に対応できます。

【お問い合わせ】

木祖村役場 住民福祉課 保健係内
地域包括支援センター ☎0264-36-2001