

# 保健だより

令和8年2月号 No.611

2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
3	火	こころの健康相談		保健センター	10：00～11：30	希望者
4	水	離乳食教室（開始期）	1	保健センター	10：00～11：30	該当者個人通知
		まめでいきいき教室	1	保健センター	13：30～16：20	申込者
9	月	オーバ－還暦の マシントレーニング教室	1	まめのわ フィットネスルーム	13：30～14：30	申込者
12	木	アラウンド古希の 健康で長寿になるための教室	1	まめのわ フィットネスルーム	13：30～14：30	申込者
17	火	ふれあいクッキング	1	菅公民館	10：00～12：00	申込者
18	水	まめでいきいき教室	1	保健センター	13：30～14：50	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
24	火	乳児健診		保健センター	（13：15～13：30）	該当者個人通知
		認知症サポーター養成講座		役場大会議室（2階）	14：30～15：30	希望者
25	水	まめでいきいき教室	1	保健センター	13：30～16：20	申込者
		福祉医療給付金振込日		※	※	該当者
27	金	オーバ－還暦の マシントレーニング教室	1	まめのわ フィットネスルーム	13：30～14：30	申込者

## 認知症サポーター養成講座の開催について

現在、日本には500万人を超える認知症の方がいると言われています。認知症は、誰もがなりうるものであり、身近に感じておられる方も多いかと思います。

村では、認知症を理解し、ご本人や家族を見守る方を1人でも多く増やし、‘誰もが住み慣れた地域で、自分らしく生活ができる’そんな地域を目指していきたいと考えております。

つきましては、全国各地で行われている認知症サポーター養成講座を本村においても開催いたします。申し込みは不要ですので、どうぞ気軽にご参加ください。

日 時 2月24日（火）午後2時30分～3時30分

場 所 木祖村役場 2階 大会議室

内 容 「認知症の理解について」

認知症の症状・認知症の方への対応・認知症の予防など

木祖村社会福祉協議会 事務局長補佐 湯川 壮公

持 ち 物 筆記用具、飲み物（水分補給用）

### 認知症サポーターとは。。。

認知症に関する正しい知識をもち、認知症の人や家族を応援し、誰もが暮らしやすい地域をつくっていくボランティアさんです。

— 問合せ先 —

木祖村役場 住民福祉課

地域包括支援センター 奥原・栗田

電 話 36-2001 FAX 36-3344

## 令和 7 年度 木祖村健康ポイントの交換申請について

今年度の「健康ポイント」交換申請期間は、令和 8 年 4 月 1 日から 4 月 30 日までの 1 か月間です。

現在、貯めていただいている健康ポイントカードは、ポイント交換申請期間まで大切に保管をお願いします。



### 【問い合わせ先】

木祖村役場 住民福祉課 保健係 36-2001



## 2月のふれあいクッキングのお知らせ

今回のテーマは…  
“少し早いひな祭りメニュー”

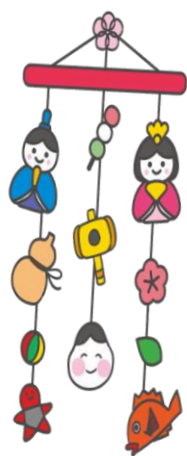
身体にやさしくて心も軽くなるような、おいしいメニューを作ります！

日 時： 2 月 17 日(火) 10:00～12:00

場 所： 菅公民館

申し込み期限： 2 月 6 日(金)まで

お申込み、持ち物等の詳細は、以下に  
お問い合わせください。



木祖村役場 住民福祉課  
保健係  
☎36-2001

木祖村社会福祉協議会  
奈良井  
☎36-3441

## 木 祖 村 健 康 ダ イ ヤ ル

- ・家でケガをしてしまった。応急手当はどうしたらよいか。
- ・家庭、仕事、学校、友人関係で悩みがあるので聞いてほしい。
- ・治療中の症状について、気になる事があるので相談したい。
- ・休日に急に熱が出てしまった…。コロナや、インフルエンザかどうか診察してくれる病院はあるだろうか？



などなど、健康についてお困りの際に、  
相談できるダイヤルです。

☎ **電話番号は各戸配布をご覧ください。**

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！

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。  
必要な際は、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。

委託先：ティーパック株式会社

