

保健だより

令和7年8月号 No.605
8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	特定健診結果説明会・特定保健指導 ①	管 公 民 館	9：00～11：30 13：30～15：00	該 当 者
3	日	特定健診結果説明会・特定保健指導 ①	老人福祉センター	9：00～11：30 13：30～16：30	該 当 者
4	月	オ ー バ ー 還 暦 の マ シ ン ト レ 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
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	特定健診結果説明会・特定保健指導 ①	役場大会議室（2階）	9：00～11：30 13：30～16：30	該 当 者
		ま め で い き い き 教 室 ①	保 健 セ ン タ ー	13：30～16：20	申 込 者
		4 ケ 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
7	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	13：30～15：00	申 込 者
19	火	ふ れ あ い ク ッ キ ン グ ①	吉 田 林 業 会 館	10：00～12：00	申 込 者
		親 と 子 の 心 と 体 の 相 談 会	保 健 セ ン タ ー	13：00～16：00	申 込 者
20	水	ま め で い き い き 教 室 ①	保 健 セ ン タ ー	13：30～14：50	申 込 者
		イ ン タ ー バ ル 速 歩 教 室 ①	社 会 体 育 館	昼の部 13：30～15：00 夜の部 19：00～20：30	申 込 者
25	月	福 祉 医 療 給 付 金 振 込 日	※	※	該 当 者
26	火	乳 児 健 診	保 健 セ ン タ ー	（13：15～13：30）	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	13：30～16：20	申 込 者
		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
29	金	オ ー バ ー 還 暦 の マ シ ン ト レ 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

後期高齢者健康診査(個別健診)について ※75歳以上対象

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 保健係から健診の受診券が届く。
- 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

8月のふれあいクッキングのお知らせ

今回のテーマは…
🌻 熱中症を防ぐ らくらくメニュー 🌻

夏にぴったりなメニューをみんなで一緒に作りましょう！
詳しくは下記の担当へご連絡ください！

日 時: 8月19日(火) 10:00~12:00
場 所: 吉田林業会館
申し込み期限: 8月8日(金)まで



お申込み・お問い合わせ先

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

木祖村健康相談ダイヤル



24時間 365日無料

☎ 電話番号は

各戸配布をご覧ください

どのようなことでも構いませんので、
まずはお電話ください！

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



委託先: ティーベック株式会社

食中毒に気をつけて！

8月は「食品衛生月間」です。

夏場は気温と湿度が高くなるため、食中毒菌が増殖しやすく、食品衛生に特に注意が必要です。

食中毒予防の3原則 食中毒菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を守り、日頃から衛生管理を徹底することが重要です。

食中毒は飲食店での食事だけではなく、家庭においても起きます。家庭での食中毒を防ぐため、右図の食中毒予防3原則を徹底しましょう。

「温度管理が必要な食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する」「肉や魚などの加熱して食べる食材は、中心部まで十分に加熱して食べる」のも大切です。

食中毒は、日々の心がけで十分に予防できます。上記の対策を参考に、安全でおいしい食事を楽しみましょう。



引用元: 厚生労働省食品、消費者向け情報より

里親制度説明会@上松町 パネル展のお知らせ

令和7年10月26日(日)に里親制度説明会@上松町が行われます。
それに先立ち、8月21日(木)~8月31日(日)まで藪原宿にぎわい広場「笑ん館」にて里親に関するパネル展を開催いたします。ぜひご覧ください。



里親制度説明会@上松町 予約優先
日時: 令和7年10月26日(日) 10:00~15:00(最終受付 14:30)
場所: 上松町公民館 第1会議室
内容: 個別相談・パネル展示など
・一緒に暮らす 養育里親 ・一緒に生きる 養子縁組里親
子どもの権利を守る、最初の一步を踏み出しませんか



里親制度説明会のお申込み・お問い合わせ

松本児童相談所 ☎0263-91-3370(平日9:00~17:00まで)

主催: 松本児童相談所 共催: 中信地区里親会 松本赤十字乳児院 松本児童園 後援: 上松町