

○成人の健康

	事業名	とき	内容
相談	成人健康相談 要予約	4月26日(水) 午後1時30分～午後2時30分	保健師による健康相談 対象：住民の方
	こころの健康相談 要予約	4月14日(金) 午前10時～正午	臨床心理士によるこころの健康相談 対象：住民の方

	事業名	とき	対象・持ち物	検診料	指定医療機関
個別健診・検診 (指定医療機関で予約・受診) 健康診査・がん検診	子宮がん検診 予約不要 ※N.キッズレディースクリニックは要予約	平成30年3月31日(土)まで	対象：20歳以上の女性 持ち物：保険証・印鑑	頸部1,300円 体部 800円 ※HPV(ヒトパピローマウイルス)検査(30歳～40歳の方)：無料※体部検査は医師が必要と認めた方のみ	小林産婦人科、師勝産婦人科、N.キッズレディースクリニック ※N.キッズレディースクリニックは4月8日(土)、22日(土)午前10時～午前11時30分のみ実施
	骨粗しょう症検診 予約不要	平成30年3月31日(土)まで	対象：30歳～70歳の女性 持ち物：保険証・印鑑	400円	N.キッズレディースクリニック

※対象年齢は平成29年4月1日現在の年齢です。70歳以上の方は検診料が無料です。
※町障害者医療受給者、住民税非課税の方は検診料が無料です。対象の方で個別検診を受ける場合は事前に保健センターで手続きをしてください。

○高齢者の健康

事業名	とき	対象	ところ
健康ほっとサロン 予約不要	4月4日(火)、25日(火) 午後2時～午後3時	60歳以上の方	総合福祉センターひまわり
元気はつらつサロン 予約不要	4月5日(水)、19日(水) 午後1時30分～午後2時30分	60歳以上の方	総合福祉センターしいの木
うたごえクラブ 予約不要	4月13日(木) 午前10時～午前11時	60歳以上の方	総合福祉センターさざんか
介護者のつどい 予約不要	4月20日(木) 午後1時30分～午後3時	認知症や身体の病気等により在宅介護が必要となった高齢者を介護している家族の方	保健センター

包括支援センター
だより

介護者のつどいを開催

日頃ひとりで抱えている介護の悩みやストレスなどを、皆で話合ってみませんか。

介護者の方は同じような悩みを持つ場合があります。介護者どうしが交流をし、悩みの共有や情報交換をすることで、少しでも気持ちが楽になれるよう、地域包括支援センターでは「介護者のつどい」を開催しています。

「介護者のつどい」では、介護者及び包括支援センター職員の交流会と、講師を招き介護に役立つ情報提供や、介護者の方がほっとできるレクリエーション等を開催しています。交流会での個人の情報は守られますので、安心してお越しください。

対象者

認知症や身体の病気などにより在宅介護が必要となった高齢者を介護している家族

内容

4月20日(木)
「高齢者に必要な栄養の話」

6月29日(木)
「介護者のための健康体操」

8月31日(木)
「カラーでいきいき生活」

10月19日(木)
「自律訓練法で体スッキリ」

12月21日(木)
「ストレスケア」

2月15日(木)
「お口の病気とその予防方法」

時間 午後1時30分～午後3時

場所 保健センター

問合せ 地域包括支援センター 28・0932