

まるねっとだより

■お問い合わせ先 福祉課まると支援班 保健センター (TEL29-3926)
地域包括支援センター (TEL29-2950)

●7月1日から医療機関での健康診査が受けられます●

40～74歳の町国保加入者、後期高齢者医療保険加入者は、町集団健診のほか、医療機関でも健康診査(尿検査・血液検査・身体測定・血圧測定)を受けられますのでぜひご利用ください。

※がん検診は受けられません。

【対象】 40～74歳の町国保加入者、後期高齢者医療保険加入者

【実施期間】 12月31日(土)まで※医療機関によって異なる場合がありますので、ご予約の際にご確認ください。

【予約方法】 直接医療機関へ電話でお申込みください。

詳細は、5月下旬に毎戸配布しました「小坂町検診のしおり」をご確認ください。

●母子健康手帳の交付について●

妊娠がわかったら、妊娠の届出をしましょう。町では、母子健康手帳と妊産婦等健康診査の受診票、父子健康手帳を交付します。交付時には、保健師による健康相談も行っています。保健師が不在の場合や受診票の準備がありますので、事前に☎29-3926へ電話でお問い合わせください。

※交付に30分程時間がかかりますので、時間に余裕を持っておいでください。

【持ち物】 個人番号カード(写真付き)または個人番号通知カードと身元確認書類(運転免許証など)



7月のかようカフェのご案内

認知症や健康などの不安を専門スタッフに相談することができます。

【時間】 7月19日(火) 10時～11時

【会場】 はいから倶楽部 【参加料】 100円(茶菓子代)

※はっぴいポイントカードの対象事業です。

※感染状況で変更となる場合があります。



6月は社会福祉協議会の
村木理学療法士による体操でした！

通いの場のある元気な地域づくりをめざして

【その10】
南あけぼの
「お元氣くらぶ」
～みんなで
応援しあって
頑張っています～



【その11】
牛馬長根
「お元氣くらぶ」
～間違っても笑って
吹き飛ばす！～



南あけぼの、牛馬長根では月1回、自治会館を会場に「お元氣くらぶ」を開催しています。今回は歩く脳トレ「スクエアステップ」を行い、ステップを覚えたり普段より足を上げるなど頭も体も動かしました。ステップを間違っても「おいしい、もう少し！」と声援が上がり、うまく出来ると皆さんから拍手が起り盛り上がりました。