

# まるねっとだより

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

## 緊急風しん抗体検査・予防接種と個別健診のお知らせ

	①緊急風しん抗体検査・予防接種	②個別健診
内容	過去に風しん予防接種が行われていない年代の男性を対象に、無料で抗体検査・予防接種を受けることができる事業を実施しています。	かかりつけ医等の医療機関で行う個別健診を実施しています。 ※まだ健診を受けていない方はぜひ受けてください。 ※今年度、町で行う集団健診は終了しました。
対象	昭和37年4月2日から 昭和54年4月1日までに生まれた男性 ※過去に受けた方は対象外です。	・40～74歳の国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療保険加入者
料金	<b>無料</b>	
持ち物	・現住所を確認できる本人確認書類 ・クーポン券(再発行可)	・健康保険証又はマイナ保険証 ・受診券(再発行可)
期間	抗体検査…12月31日(火)※まで 予防接種…令和7年1月31日(金)まで	12月31日(火)※まで
医療機関	★事前に予約が必要です。 ★県内の協力医療機関であれば実施可能です。(緊急風しん抗体検査については、県外の協力医療機関でも可能です。詳しくは、厚労省のホームページをご確認ください。) ※医療機関によっては、期間よりも早く終了する場合がありますので、お問い合わせください。	

## 第29回小坂町健康のつどい

一人ひとりの健康づくりの輪を広げていくために、健康について考えてみましょう。ぜひご参加ください。

■日時 令和6年11月29日(金) 13時00分～15時00分(受付12:00～)

■会場 小坂町交流センター セパーム 2階ホール

■内容 講演会

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻 作業療法学講座

教授 久米 裕 氏

「健康長寿の秘訣！～元気にすごすためのフレイル予防(仮)」

食生活改善推進員による試食コーナー 各種相談会などもあります



## 11月のかようカフェ

【時間】11月19日(火)10時～11時

【会場】セパーム2階ホール

【内容】歌を楽しもう(やまびこコーラスの皆さん)

10月は「おりの会の会」の皆さんと色鮮やかな折り紙で、水鳥の菓子入れをつくり楽しみました。



## 脳健康度、測ってみませんか？

11月11日は「介護の日」です。介護が必要となる最も多い理由は認知症です。ご自分の脳健康度を測定してみませんか？

【対象期間】～令和7年3月31日まで

【方法】スマホやタブレットでQRコードを読み取り実施します。約30分かかります。

※テストは認知症を診断するものではありません。

小坂町テスト開始用QRコード↓

この測定や認知症、介護に関するご相談は  
地域包括支援センターへ



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