

★マタニティ教室を開催しました★

3月4日（土）、保健福祉センターにて沐浴指導を中心にマタニティ教室を開催しました。

特に、初めてママ・パパになる人は、色々な不安もあるかと思います。教室に参加し、ママ・パパ同士の交流や保健師の話を聞いて少しでも不安が軽減できればと思います★

次回のマタニティ教室については、対象者へ個別に連絡いたします。



◆ヨガ教室を開催しました◆

3月14日（火）・23日（木）、キッズルームでヨガインストラクターの古畑夏希先生によるヨガ教室を開催しました。

約1時間ヨガで体を動かし、日頃の育児や仕事でなかなか自分の時間をとれない中、リフレッシュの機会となりました。

キッズルームでは、今後も機会を設けていきたいと思っておりますので、広報等でご確認ください。



【住民健診のお知らせ】

6月から、村内各地区で集団健診が始まります。申し込みをしていない方は、健康福祉課までご連絡ください。日程等は、各家庭に配布した「住民健診のお知らせ」をご覧ください。

日 程	6月8日（木）	6月9日（金）	6月10日（土）	6月15日（木）	6月24日（土）
場 所	老部 ふるさと館	白糠 いさりび館		尻労 漁村センター	尻屋 水神の郷
健診内容	総合健診	総合健診	複合検診	総合健診	複合検診
受付時間	◎早朝 7:00～9:00 ◎婦人科 12:00～13:00	◎早朝 7:00～9:00 ◎婦人科 12:00～13:00	◎早朝 7:00～9:00	◎早朝 7:00～9:00 ◎婦人科 12:00～13:00	◎早朝 7:00～9:00

※詳しくは、健康福祉課までお問い合わせください。

精密検査を受けましたか？

昨年度「要精密」と診断された方で、まだ精密検査を受けていない方は、今年度の健（検）診を受ける前に、ぜひ主治医やかかりつけ医に相談して検査を受けてください。

★結果は、健康福祉課保健師までご報告をお願いします。



地域包括支援センター通信

高齢者のご相談は包括支援センターまで
☎0175-28-5700



主任介護支援専門員の山本八重子さんが、新たに地域包括支援センターの仲間として一緒に活動することになりました。よろしくお祈りします。



ひめまりもサロン活動紹介

ひめまりもサロンは、毎週木曜日、保健福祉センター内長寿庵で開催しています。百歳体操・トランプ・手芸・季節のイベントなど行っています。

歯科衛生士による歯科講話



「お口」のケアは、歯磨きだけではなく、舌の手入れも必要です！飲み込みが悪くならないような体操方法なども学びました。

ウエス贈呈式



村民の皆さんから寄付頂いた布類をウエスにし、村内介護施設・介護事業所に贈呈しました。ぜひご活用ください！