

認知症予防教室



健康ポイント対象事業
 今月の教室は、「みんなで考えよう！認知症予防のための食生活」です。バランスの良い食事が健康的になることを学びます。認知症予防にもつながる栄養の知識を身につけましょう。皆さまの参加をお待ちしています。

【対象者】

村内在住の65歳以上の方

【日時】

1月24日(金) 14時～15時

【申込期限】

1月21日(火)

【参加費】

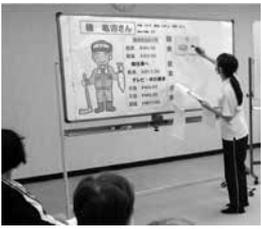
無料

【場所】

健康福祉センター2階
 会議室1・2

【申し込み・問い合わせ】

社会福祉協議会
 ☎54-2740



▲昨年9月の教室の様子

はたちの献血キャンペーン ～献血にご協力ください～



健康ポイント対象事業
 献血は、身近なボランティアのひとつです。皆さまのご協力をよろしく願います。

【日時】

1月10日(金)
 10時～13時

【場所】

役場行政棟 1階正面玄関

【内容】 400mL献血

【健康ポイント対象です】

健康ポイントが20ポイントつきます。健康ポイントカードをお持ちの方は、献血の際にお持ちいただき、健康づくり課にお立ち寄りください。

【小さいお子さんのいる方へ】

献血中一時的な預かりを実施します。事前健康づくり課へご連絡ください。

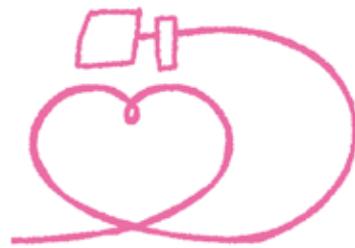
【注意】

※服薬中の方や健康状態の悪い方は、その方の健康を守るために「ご遠慮いただくことがあります。」

※65歳以上70歳未満の方の献血は、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

【問い合わせ】

健康づくり課
 ☎54-55550



オレンジカフェ ～出張で開催します～

オレンジカフェ(認知症カフェ)とは、認知症の人やその家族、介護や福祉などの専門家など誰でも、気軽に集える場所です。

今回は「特別養護老人ホームあすかの里」へ出張し、介護専門職の相談等を交えて開催します。

認知症の介護に不安やお困り事をお持ちの家族や支援者の方も、お気軽にお越しください。

【対象者】

村内在住で65歳以上の認知症の方と、その家族や支援者の方

【日時】

1月22日(水)
 13時30分～14時30分

【参加】

申込不要・無料

【場所】

特別養護老人ホームあすかの里
 (越280番地)

【問い合わせ】

社会福祉協議会
 ☎54-2740

あすかの里に
 出張OPEN!

認知症カフェはどんな場所?
 認知症の人やその家族、介護や福祉などの専門家など誰でも、気軽に集える場所です。訪れることは自由で、帰ることも自由です。お茶だけでもよいです。

知る・学ぶ
 情報誌コーナー

考える
 専門職との相談スペース

集う
 喫茶コーナー

出会う つながる
 談話スペース

認知症の人と家族の“集いの場”
 オレンジカフェ まるまる(仮称)

個別がん検診・特定健診の 期限が迫っています！ あと2か月！

がん検診は早期発見・早期治療のため、実施しています。加入している医療保険の種類に関係なく、年齢や性別の条件を満たす村民であればごなたでも受けることができます。

特定健診は、生活習慣に大きく関わっています。運動不足・食習慣・喫煙・飲酒等の不適切な生活の積み重ねによってメタボリックシンドロームとなり、放置することで症状が悪化し、元の健康状態への回復が困難になることがあります。放置せず、特定健診を受けましょう。

※同年度内に同じ健診(検診)を重複して受診することはできませんので、ご注意ください。

【健(検)診実施期間】
2月28日(金)まで(乳がん検診・子宮がん検診は3月31日まで)

【対象者・実施医療機関】

健康カレンダー「大人の健康づくり」のページをご覧ください。



▲ヘルスカレンダー

【お知らせ】

個別がん検診は、フォームから申込できます！いつでもどこからでも予約ができます！



▲申込フォーム

【問い合わせ】

健康づくり課
☎54-55550

いつまでも自分らしく 暮らすために 在宅医療と介護を考える 村民のつどい

年齢を重ねても病気や介護が必要になっても、住み慣れた地域で最期まで安心して生活ができるよう、自宅で受ける医療や介護につ

いての講座を開催します。

当日は、村の医療・介護の現状や課題、今後に向けた取組状況についてもご紹介します。

年齢を問わずご参加いただけますので、参加を希望される方は1月9日(木)までに健康づくり課までお申し込みください。

【講師】

明日香村国民健康保険診療所
武田 以知郎 医師

【対象者】

村内在住の方

【参加費】 無料・申込要

【日時】

1月14日(火)
14時～15時30分(開場13時30分)

【定員】 100名(予定)

【場所】

健康福祉センターたちばな
かななぎホール

【申し込み・問い合わせ】

健康づくり課
☎54-55550



買い物をお手伝いします

スーパー等へのお出かけに不安がある方を対象に、あすかデマンド乗合交通の利用や、自宅から停留所までの往復、店内での移動等をサポートします。

買い物へ出かけてみませんか？

【対象者】

70歳以上または障がい者の方

【内容】

- ・あすかデマンド乗合交通の登録、予約
- ・自宅から停留所までの付き添い
- ・買い物中の見守り
- ・自宅への商品の運搬補助
- ・その他、相談により対応

【日程・行き先】

- ①1月9日(木)
スーパーエバグリーン飛鳥店
- ②1月22日(水)
スーパーエバグリーン飛鳥店
- ③1月30日(木)キリン堂高取店
いずれも13時30分～15時30分

※買い物時間は1時間程度

【利用料】 500円

【申し込み・問い合わせ】

社会福祉協議会
☎54-2740