

明日香村健康ステーション 拠点活動



健康ポイント対象事業
今月の健康ステーション拠点活動日は次のとおりです。速歩トレーナーの貸出を希望の方は活動日にお越しください。

【日時】

2月19日(水)
9時45分～11時45分

*今年度最後の活動日となります。
新年度は5月開催予定です。

【内容】

- ・おでかけ健康法の紹介
- ・速歩トレーナーの貸出・診断・返却
- ・健康チェック

血圧測定、体組成（体脂肪や筋肉量など）測定

【場所】

健康福祉センター2階
会議室1・2

【利用料金】

無料

【問い合わせ】

健康づくり課
☎54-55550

個別健康相談



健康ポイント対象事業
健診の結果や、日頃の運動・食事などの生活習慣で気になることを相談できます。相談希望の方は、電話等でご予約ください。

【日時】

2月5日(水)・19日(水)(要予約)
一人(二組) 30～40分程度
・9時30分～15時30分最終予約

【内容】

専門職(管理栄養士・健康運動指導士等)による指導・相談

個別に生活習慣の改善方法を提案します。

【場所】 役場相談室

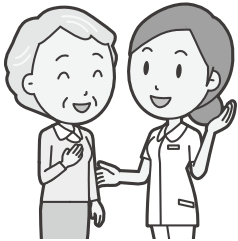
【利用料金】 無料

【お知らせ】

自宅訪問による相談もできます。

【問い合わせ】

健康づくり課
☎54-55550



認知症予防教室



健康ポイント対象事業
今月の教室は、「健康づくりで認知症予防」です。自分に合った健康づくりの方法を考え、日常生活の中に取り入れるコツを学びます。参加者同士の交流や音楽に合わせた体操を通して、いきいきとした身体づくりを目指しましょう。皆様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】

2月21日(金) 14時～15時

【申込期限】

2月18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
☎54-27740

明日香村健康ポイント

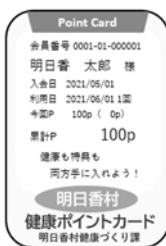
健康ポイントカードのポイント付与期間は今月末までです。(個別

乳がん個別子宮がん検診等、一部事業を除く)
既にカードをお持ちの方は自動更新となりますので、新規カードの発行手続きは不要です。

年度でポイントがリセットされるため、3月・4月にポイントを0に戻す処理を行います。破棄・紛失されないようご注意ください。

【問い合わせ】

健康づくり課
☎54-55550



高齢者インフルエンザ・ 高齢者新型コロナウイルスワクチン 接種期間の延長

令和7年3月31日まで接種期間を延長します。

接種を希望する方は、医療機関または健康づくり課へ連絡ください。

【問い合わせ】

健康づくり課
☎54-55550

大腸がんポスト検診 受診者受付開始

大腸がんは、進行するまでほとんど自覚症状がなく気がつきにくい病気で、近年罹患する人が急増しています。

定期的な検診により、早期発見・早期治療が可能です。早期のうち
に治療すれば、95%以上が治るといわれています。早期発見のため、1年に1回大腸がん検診を受けましょう。

***健康づくり課窓口へキットを提出する気軽な検診(ポスト検診)**

受診希望の方は、問診票と便潜血検査キットをお渡ししますので(郵送可)、健康づくり課までお申し込みください。

【申込期間】

2月14日(金)～20日(木)

【申込方法】

電話・窓口・申込フォーム

【実施日】

- ①3月3日(月)
- ②3月11日(火)

【提出時間】

9時～正午(時間厳守)



▲申込フォーム

【提出方法】

健康づくり課窓口を設置している「大腸がん検診ポスト」に、検便と問診票を提出。(郵送不可)

【対象者】

村内在住で、今年度(令和6年5月以降)、村の大腸がん検診を受けていない40歳以上の方

※年度内に重複して受けることはできません。

【結果】

個別に郵送します。(約1ヶ月後)

【申し込み・問い合わせ】

健康づくり課

☎5415550

2月のし尿くみ取り

原則として月1回(一部2か月に1回)し尿のくみ取りを行っています。

【2月の実施日】

2月3日(月)・4日(火)午前中(時間指定は不可・くみ取りと集金は別日になります。)

詳細の確認や臨時くみ取りを希望の方は新晃株式会社

☎0744-222-5258

までお問い合わせください。

あすかでいちごキャンペーン

明日香村では、村の特産品のいちご「あすかルビー」を、「体験」「食」「買」などあらゆる分野で楽しむことができる「あすかでいちごキャンペーン」を実施しています。

2月1日(土)からは、いちごを使った特別メニューが楽しめる「明日香ストロベリーフェア」がスタート。近畿日本鉄道株式会社が運行する「あすかいちご列車」では、村内の子どもたちが「明日香村いちご」をテーマに描いた絵画が車両内に展示されます。

旬のいちごをぜひ、お楽しみください。

【問い合わせ】

観光農林推進課

☎5419020



▲詳細はこちら



税証明書のコンビニ交付 サービスを開始しました

【マイナンバーカードを利用して「コンビニ」で取得できる証明書】

- ・住民票
- ・印鑑登録証明書

新

- ・課税(非課税)証明書
- ・所得証明書
- ・納税証明書

【証明書交付手数料】

各1通 200円

詳しくは村HPをご覧ください。

【問い合わせ】

住民課

☎5412282

