



令和5年度 戸沢村保健事業一覧表

【各種健康診査日程表】

※令和5年健診ガイドブック・戸沢村事業一覧・とざわ健康マイレージ事業は戸沢村役場HPからもご覧になれます。



総合健診	特定健診・各種がん検診		乳がん・子宮頸がん検診(婦人科検診)	
	健診日	健診会場	健診日	乳がん・子宮頸がん検診
	5月11日(木)	戸沢村中央公民館	5月18日(木)	最上検診センター 午後(新庄市) ※婦人科健診は特定健診・各種がん検診とは別日になります。また、午前中は乳がんのみ、午後からは乳がん・子宮頸がん両方の健診を行います。
	6月22日(木)	戸沢村農村環境改善センター	6月16日(金)	
	7月7日(金)	戸沢村中央公民館	7月25日(火)	
	9月15日(金)	戸沢村中央公民館	9月25日(月)	
	10月3日(火)	戸沢村保健センター	10月5日(木)	
11月15日(水)	戸沢村保健センター	11月8日(水)		

人間ドック	健診日		健診会場・健診項目	
	5月26日(金)	9月21日(木)	最上検診センター(新庄市)	最上検診センター 午前(新庄市) [] は婦人科検診の日ですが男性も受診できます。 [] は婦人科の先生が不在です。婦人科検診は行いませんが女性も受診可能です。
	6月15日(木)	10月4日(水)	※総合健診より詳細な検査項目があります。	
	6月20日(火)	10月11日(水)		
	7月13日(木)	11月13日(月)		
	7月18日(火)	12月15日(金)		
	8月5日(土)	1月31日(水)		

※人間ドックは総合健診に比べ詳細な検査を行うため検査料金が高くなります。



No.	事業名	内容	開催期日	会場	対象者	経費
1	みんなですっぺ健康づくり	体操・エアロバイク・将棋・囲碁、輪投げ、おしゃべり、認知症予防(頭の体操)等を行います。	月・火・木・金曜日 AM8:30~PM5:00	保健センター1階	戸沢村民	参加費/無料 ※健診等で休みの日あり
2	水中運動	温水プールでの運動。インストラクターの指導で高齢者も楽しく介護予防を図ります。	毎週月曜日 PM2:20~3:20	ほんぽ館	戸沢村民	参加費/1回1,000円 (ほんぽ館友の会、会員の場合は1回500円)
3	楽々運動教室	トレーニングマシンを活用し、介護予防を図ります。トレーナーの指導があり安心して行なえます。	毎週火曜日 PM1:30~2:30	ほんぽ館	戸沢村民	参加費/1回1,000円 (ほんぽ館友の会、会員の場合は1回500円)
4	生活習慣病予防のための運動教室	メタボ予防や心身のフレッシュを兼ねて、血液検査や栄養講話も取り入れた運動教室を行います。	毎週火曜日 PM7:00~8:30	生涯学習センター(旧神田小)	戸沢村民	参加費/1回500円 (スポーツクラブ会員の方は1回100円)
5	ノルディックウォーキング	自然に触れ合いながらウォーキングを行います。日頃の運動不足やストレス解消に。	年7回予定	未定	戸沢村民	未定
6	食生活改善推進員活動	「私達の健康は私たちの手で」。食を通じた健康づくりの普及活動を行います。	4月~3月		戸沢村民	会費/年1,000円

こころの相談窓口

- 戸沢村役場健康福祉課 ☎ 0233-72-2364 (直通) 平日 8:30~17:15
- 最上保健所 地域保健福祉課 ☎ 0233-29-1266 平日 8:30~17:15
- 山形いのちの電話 ☎ 023-645-4343 平日 13:00~22:00 (年中無休)
- こころの健康相談統一ダイヤル ☎ 0570-064-556 午前 9:00~12:00 午後 13:00~17:00

ひきこもり支援相談窓口

戸沢村役場 健康福祉課 ☎ 0233-72-2364 (直通) 月~金 8:30~17:15 ※相談の内容によって様々な支援機関につないで連携し対応します。

※参加申し込みの留意点

服薬中・治療中の方は主治医に相談の上、お申込み下さい。 戸沢村役場 健康福祉課 ☎ 72-2364

戸沢健康マイレージ

村民の皆さんが楽しみながら健康づくりに取り組めるよう支援する事業です。健康づくりに取り組んだものをポイント化し、100ポイント貯めると500円分の商品券の付与、さらに抽選で景品が当たります。 【対象事業の例】 ・みんなですっぺ健康づくり ・健康相談 ・地区サロン ・人間ドック ・特定健診 ・100歳体操 ・食改料理教室 など

募集

男性の参加も大歓迎!

【食生活改善推進員】

- 食を通じた健康づくりのボランティアとして活動していただいている方々です。
- 地域住民に対し生涯を通じた食育の推進・健康づくりの担い手としての活動がますます広がっていくことが今後期待されています。
- 戸沢村では食生活改善推進員になるための養成講座を年5回程予定しています。

食生活改善推進員に興味のある方は健康福祉課までお申込みお待ちしております。

【今年度の献血事業】 日程は広報などでお知らせします。



【健康相談・健診結果説明会】

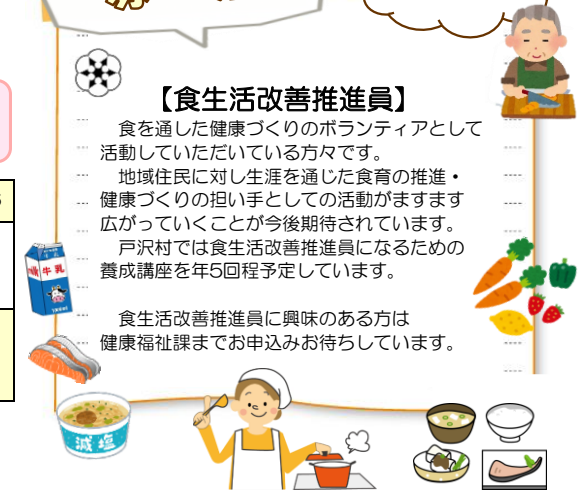
場所：各地区公民館 内容：保健師による血圧測定・健康講話・健診結果事後指導

*健診結果をお持ちの方は持参してください。

	4/11	4/18	5/12	5/24	6/16	6/21	7/10	7/19	7/20	9/13	9/28	10/12	10/17	10/18	12/7	12/14	1/30	2/16
午前 9:30~10:30	西沢	真柄	蔵岡	勝地	本郷	野口	山ノ内	濁沢	畑ヶ	上松坂	名高	向名高	神田	沢内		津谷		岩花
午後 13:30~14:30	十二沢	柏沢	上台	猪ノ鼻	杉沢	上野		出舟	セ保センター健	下松坂	滝ノ下	中沢	古口	セ保センター健	セ保センター健	津谷	岩清水	セ保センター健

※場所について：本郷→改善センター・西沢→防雪センター ※金打坊、平坂、古口の各地区は個別訪問を予定しています。

※健診結果説明会は保健センターで行います。対象者には個別通知します。参加される方は予約制となっていますので事前にご連絡ください。



【年中児健診】

場所：戸沢村保健センター

月 日	対 象 (受付13:00~)
10月 19日 (木)	平成 30年 4月 2日~平成 31年 4月 1日生 (令和5年度に年中になる児) ※詳細は個別に通知いたします。
11月 2日 (木)	



【1歳6ヶ月児健診】

【3歳児健診】

月 日	対象 (受付13:00~13:10)	対象 (受付12:30~12:45)
4月 28日 (金)	令和 3年 8月~令和 3年 10月生	令和 元年 8月~令和 元年10月生
7月 21日 (金)	令和 3年11月~令和 4年 1月生	令和 元年11月~令和 2年 1月生
10月 27日 (金)	令和 4年 2月~令和 4年 4月生	令和 2年 2月~令和 2年 4月生
2月 2日 (金)	令和 4年 5月~令和 4年 7月生	令和 2年 5月~令和 2年 7月生



【1歳児歯科健診】

【2歳児歯科健診】

月 日	対象 (受付13:00~13:15)	対象 (受付13:00~13:15)
5月 17日 (水)	令和 4年 2月~令和 4年 4月生	令和 3年 2月~令和 3年 4月生
8月 2日 (水)	令和 4年 5月~令和 4年 7月生	令和 3年 5月~令和 3年 7月生
11月 8日 (水)	令和 4年 8月~令和 4年10月生	令和 3年 8月~令和 3年10月生
2月 14日 (水)	令和 4年11月~令和 5年 1月生	令和 3年11月~令和 4年 1月生



【診療所からお知らせ】

予防接種は全て事前の予約が必要です

接種時期に合わせて、お子さんの体調の良い時に接種してください。

※予約後、都合が合わなくなった方はご連絡ください。

●予防接種日程

毎週 月・金曜日 午後 2:00 ~ 4:00

第2・4 土曜日 午後 8:30 ~ 11:30

※新型コロナウイルスワクチンの集団接種のため、第2・4土曜日は休診になる場合があります。予約をする際に診療所に確認してください。

●予約方法：電話 戸沢村中央診療所 ☎0233-72-3363

月~金曜日 午後 1:30 ~ 4:30

※前日まで予約可。当日不可。

●持ち物 予診票、母子健康手帳

●接種料金 無 料

●診療所休診日 火曜日、木曜日 午後

第1・第3土曜日、日曜日、祝祭日

8月 16日 (水)、17日 (木)、
24日 (木)、25日 (金)

※診療時間内でも、施設・学校などの健診で医師不在の時間があります。



《予防接種の広域化について》

予防接種法に基づく定期予防接種について、戸沢村以外で受ける場合でも接種費用が無料になります。
医療機関に直接予約して接種してください。

◆ご不明な点があれば健康福祉課まで



《インフルエンザ補助期間》

*6ヶ月~中学3年生

令和5年10月上旬~令和6年3月31日

*65歳以上

令和5年10月上旬~令和6年1月31日

《高齢者肺炎球菌ワクチン補助期

令和5年4月1日~令和6年3月31日まで

*対象者：65歳以上で補助を受けたことがない方



【3~4ヶ月児健診】

【9~10ヶ月児健診】

月 日	対象 (受付13:00~13:10)	対象 (受付13:00~13:10)
5月 26日 (金)	令和 5年 1月・2月生	令和 4年 7月・8月生
7月 28日 (金)	令和 5年 3月・4月生	令和 4年 9月・10月生
9月 29日 (金)	令和 5年 5月・6月生	令和 4年 11月・12月生
11月 24日 (金)	令和 5年 7月・8月生	令和 5年 1月・2月生
1月 26日 (金)	令和 5年 9月・10月生	令和 5年 3月・4月生
3月 23日 (金)	令和 5年11月・12月生	令和 5年 5月・6月生

※3歳児健診と1歳6ヶ月健診の受付時間が異なりますのでご注意ください。



【フッ素塗布 (無料) 日程・対象】

場所：戸沢村保健センター 持ち物：母子健康手帳

月 日 / (受付12:45~13:00)	
4月 28日 (金)	10月 27日 (金)
5月 17日 (水)	11月 8日 (水)
7月 21日 (金)	2月 2日 (金)
8月 2日 (水)	2月 14日 (水)

お知らせ

1歳児~就学前 (保育園長まで) のお子さんに限り、フッ素塗布が無料となります。
★事前に予約の上お越しください。

連絡先：戸沢村役場 健康福祉課
☎ 0233-72-2364

子育てサロン

●妊娠中や産後、子育て中の方、それぞれに抱える悩みや不安に対して助産師が相談に応じたり、講師によるヨガ・アロマ体験・ベビーマッサージでリフレッシュするなど、ママ同士・子ども同士の交流もできる場です。

4/13 (木)	5/11 (木)	6/1 (木)	7/6 (木)	8/3 (木)	9/7 (木)
10/5 (木)	11/10 (木)	12/14 (木)	1/12 (木)	2/1 (木)	3/1 (金)

場 所：こさあーべ (旧古口保育所)
時 間：(受 付) 午前 9:45 ~ 10:00
(受 講) 午前 10:00 ~ 11:30

こさあーべ(子育て支援センター)

0歳から就学前までのお子さんを対象とした、楽しく遊べる・お友達を作る交流の場です。
おうちの方も子育ての悩みも相談できる場です。

*開設日時：月~金
午前 9:00~12:00 午後13:00~15:00

*連絡先：戸沢村社会福祉協議会
☎ 0233-72-2112



子育て世代 包括支援センター

*センターでは保健師が妊娠中から子育て中の方、ご家族の様々な相談に応じますので気軽に来所して下さい。
必要に応じて関係機関 (医療機関・保育園・学園等) と連携し、切れ目ないサポートを行います。
*母子健康手帳交付は、随時受け付けておりますが事前にご連絡ください。
交付の際は保健師との面談を行いますので、時間に余裕をもってお越しください。

●場 所：戸沢村役場健康福祉課内
●開設日時：月~金 8:30~17:15
●連絡先 戸沢村役場 健康福祉課
☎ 0233-72-2364