



令和2年度 戸沢村保健事業一覧表



※令和2年健診ガイドブック・戸沢村保健事業一覧 戸沢村役場HPからもご覧になれます。

【各種健康診査日程表】

	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
総合健診	5月15日(金)	戸沢村農村環境改善センター	5月12日(火)	最上検診センター 午後(新庄市) ※今年度から婦人科健診は別日となります。
	6月25日(木)	戸沢村中央公民館	6月16日(火)	
	9月10日(木)	戸沢村中央公民館	7月21日(火)	
	10月16日(金)	戸沢村保健センター	9月29日(火)	
	11月4日(水)	戸沢村保健センター	10月12日(月)	
	11月26日(木)	戸沢村保健センター	11月6日(金)	
	5月20日(水)	9月28日(月)	(新庄市) 最上検診センター ※総合健診より 詳細な検査項目 があります。	
6月8日(月)	10月6日(火)			
6月24日(水)	10月28日(水)			
7月10日(金)	11月16日(月)			
7月28日(火)	12月15日(火)			
8月27日(木)	1月19日(火)			

※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が高くなります。



【今年度の献血事業】

年間2回実施予定です。日程については、広報等にてお知らせします。

【健康相談・結果報告会】

時間	期日	4/10	4/14	5/8	5/12	6/9	6/10	7/6	7/15	7/21	8/21	9/9	10/14	10/22	11/5	11/18	1/15	2/19
午前 9:30 ~10:30		蔵岡	柏沢	津谷	真柄	西沢	上松坂	山ノ内	濁沢	杉沢	本郷	沢内	野口	畑ヶ	古口	神田	滝ノ下	岩花
午後 13:30 ~14:30		向名高	猪ノ鼻	金打坊	十二沢	上野	下松坂	出舟	岩清水	中央公民館			中央公民館	勝地	中沢	保健センター	名高	保健センター

※本郷→改善センター・西沢→防雪センター(上台、平根は全戸訪問を予定しています。日程などは後日お知らせします。)
※中央公民館(1F和室)、保健センターで行う際は全地区対象となります。気軽にご参加下さい。

【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8日(木)	平成27年4月2日~平成28年4月1日生(令和2年度に年中になる児) ※詳細は個別に通知いたします。

【1歳6ヶ月児健診】

月日	対象(受付12:45~13:00)	対象(受付12:20~13:00)
4月17日(金)	平成30年8月~平成30年10月生	平成28年8月~平成28年10月生
7月3日(金)	平成30年11月~平成31年1月生	平成28年11月~平成29年1月生
10月23日(金)	平成31年2月~平成31年4月生	平成29年2月~平成29年4月生
2月26日(金)	令和元年5月~令和元年7月生	平成29年5月~平成29年7月生

【1歳児歯科健診】

月日	対象(受付12:45~13:00)	対象(受付12:45~13:00)
5月13日(水)	平成31年2月~平成31年4月生	平成30年2月~平成30年4月生
8月5日(水)	令和元年5月~令和元年7月生	平成30年5月~平成30年7月生
11月25日(水)	令和元年8月~令和元年10月生	平成30年8月~平成30年10月生
3月10日(水)	令和元年11月~令和2年1月生	平成30年11月~平成31年1月生

【2歳児歯科健診】

【健康づくり教室】

No	事業名	内容	開催期日	会場	対象者	経費
1	楽々運動教室	トレーニングマシンを活用し、筋力、体力の向上を図ります。トレーナーの指導があり、安心して行えます。	毎週火曜日 PM1:30~2:30	ほんぽ館	一般住民	参加費/1回500円
2	サブナおたっしや教室	呼吸法を行いながら心と体を調整する体操。椅子など使用で高齢者でも安心して行えます。	毎週火曜日 PM1:30~2:30	ほんぽ館	一般住民	参加費/1回500円
3	水中運動	水中での運動。ボランティアの介助や月1回の理学療法士の指導で高齢者も安心して行えます。	毎週月曜日 PM2:20~3:20	ほんぽ館	一般住民	参加費/1回500円
4	水中ウォーキング	腰痛や膝痛等のある方でも水の浮力により下肢の負担を軽減しながら行えます。	毎週火・金曜日 AM10:15~11:00	ほんぽ館	一般住民	参加費/1回500円
5	成人スイミング	運動不足の解消や体力の維持・増進を目的に楽しみながら水泳を行います。	毎週火曜日 AM11:00~12:00	ほんぽ館	一般住民	参加費/1回500円
6	生活習慣病予防のための運動教室	メタボ予防や心身のリ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)	一般住民	参加費/1回300円
7	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	一般住民	未定
8	サブナ気功体操	気功を取り入れて心と体をほぐす体操です。呼吸法で自律神経を整えていきます。	毎週木曜日(月4回) AM9:30~11:30 PM7:00~9:00	保健センター 若者センター	一般住民	会費/月2,500円
9	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		一般住民	会費/月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

※参加申し込みの留意点
服薬治療中の方は、主治医に相談の上申し込んで下さい。
申込先：戸沢村役場健康福祉課 ☎0233-72-2364

募集

《食生活改善推進員》

【食生活改善推進員】は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。

【年中児健診】 場所：戸沢村保健センター

【3・4ヶ月児健診】

【9~10ヶ月児健診】

月日	対象(受付12:45~13:00)	対象(受付12:45~13:00)
5月29日(金)	令和2年1月・2月生	令和元年7月・8月生
7月17日(金)	令和2年3月・4月生	令和元年9月・10月生
9月11日(金)	令和2年5月・6月生	令和元年11月・12月生
11月13日(金)	令和2年7月・8月生	令和2年1月・2月生
1月22日(金)	令和2年9月・10月生	令和2年3月・4月生
3月19日(金)	令和2年11月・12月生	令和2年5月・6月生

※3歳児健診と1歳6ヶ月児健診の受付時間が異なります。12:30までは3歳児健診の方優先で受付させていただきます。

【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	対象(受付12:45~13:00)	月日	対象(受付12:45~13:00)
4月17日(金)	平成28年11月~平成29年1月生	5月13日(水)	平成30年5月~平成30年7月生 平成30年11月~平成31年1月生
7月3日(金)	平成29年2月~平成29年4月生	8月5日(水)	平成30年8月~平成30年10月生 平成31年2月~平成31年4月生
10月23日(金)	平成29年5月~平成29年7月生	11月25日(水)	平成30年11月~平成31年1月生 令和元年5月~令和元年7月生
2月26日(金)	平成29年8月~平成29年10月生	3月10日(水)	平成31年2月~平成31年4月生 令和元年8月~令和元年10月生

【診療所からのお知らせ】

- ※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・水・金曜日 午後2:00~4:00
第2・4土曜日 午前8:30~11:30
- 予約方法：電話
戸沢村中央診療所 ☎0233-72-3363
※前日まで可。当日不可。
月~金曜日 午後1:30~4:30
- 持ち物 予診票、母子健康手帳
- 接種料金 無料
- 診療所休診日 ※第1・第3土曜日、日曜日、祝祭日
・学会出席のため 5月22日(金)~24日(日)
11月5日(木)~8日(日)
・お盆期間 8月13日(木)~15日(土)

※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》

戸沢村中央診療所以外で予防接種を受けたい方は、役場で予防接種受診券を発行します。費用は戸沢村でも一定額負担しますが、各医療機関ごとに異なりますので、自己負担額は各医療機関の定める金額になります。予防接種券が必要な方は必ず健康福祉課までお問い合わせ下さい。

《インフルエンザ補助期間》

- ※6ヶ月~中学3年生
令和2年10月上旬~令和3年3月31日
- ※65歳以上
令和2年10月上旬~令和3年1月31日

《高齢者肺炎球菌ワクチン補助期間》

令和2年4月1日~令和3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

◎接種医療機関
戸沢村中央診療所・その他県内医療機関

『子育て世代包括支援センター』

を令和2年3月1日に開設しました。
●開設日時：月~金 8:30~17:15
安心して子育てができる「戸沢村」を目指し、「子育て包括支援センター」を健康福祉課内に開設しました。センターでは保健師が妊娠期から子育て中の方、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・保育所・学校等)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、事前にご連絡下さい。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下さい。
連絡先：戸沢村役場健康福祉課 ☎0233-72-2364

【すこやか教室】

- 年3回、母親同士の交流の場として、ベビーマッサージや親子ふれあい体操を行います。
- 年3回、産後の体の回復とリフレッシュを目的とした子どもと一緒にできるヨガ体操を行います。
日程：2ヶ月に1回を予定しています。
場所：戸沢村保健センター
時間：10:30~11:30

【子育てサロン】

妊娠中や子育て中の方がそれぞれに抱える悩みや不安に対して助産師・保健師・管理栄養士がご相談に応じます。※助産師の個別相談の月と、アロマなどリフレッシュを目的とした教室の月があります。
場所：戸沢村保健センター
時間：(受付) PM1:15~1:30
(受講) PM1:30~3:00