

保健事業日程表（令和8年1・2月）

忘れずに確認しましょう！

月	日	保健事業名	受付時間	場所	対象者	備考
1	9	こころの健康相談	10：00～12：00	森町保健センター	町民	
	14	元気はつらっクラブ	9：30～10：00	森町保健センター	65歳以上で外出の機会が少ない方	要予約
	16	歯科検診・フッ素塗布	13：10～13：20	森町保健センター	就学前のお子さん	要予約
	19	健康相談	9：30～10：30	さわやかセンター・砂原	町民	
	23	こころの健康相談	10：00～12：00	森町保健センター	町民	
	28	総合健診※	7：30～10：30	濁川活性化センター	詳細はお問い合わせください	要予約
	29		7：00～11：00	森町保健センター		
2	30	運動＋栄養教室	13：30～15：30	森町保健センター	40歳以上の町民	要予約
	2	こころの健康相談	10：00～12：00	森町保健センター	町民	
	10	子育て教室	10：00～12：00	森町保健センター	乳幼児と保護者	要予約

※総合健診…特定健診・胃がん・肺がん・大腸がん・肝炎ウイルス・エキノコックス症検診

- ◆乳幼児健診対象の方には個別通知しています。健診日に受けることができない場合はご連絡ください。
- ◆こころの健康相談は毎月第2・第4金曜日に実施しているほか、電話相談（平日9：00～17：00）も行っています。
- ◆申し込み・問い合わせ／森町保健センター ☎③2311

運動＋栄養教室 受付開始！

第1回

1月30日(金)

13時30分～15時30分

(講師) 森町地域おこし協力隊
吉田 雄人氏
町管理栄養士

第2回

2月20日(金)

13時30分～15時00分

(講師) 森町地域おこし協力隊
吉田 雄人氏

第3回

3月26日(木)

13時30分～15時30分

(講師) エクササイズインストラクター
三木 洋子氏
町管理栄養士

◆ 内容

ストレッチ・筋トレ・有酸素運動など、しっかり体を動かします。

第1回と第3回は、管理栄養士による**プチ栄養講座**もあります！

※運動制限のある方、動くことで体に痛みがある方は参加をご遠慮ください。

食物アレルギーがある方は事前にご相談ください。

試食あり

▶▶ 場所／森町保健センター

☎③2311

大腸がん検診のお知らせ

料金無料

専用の検査容器に自宅で採便して提出するだけで受けられます！ぜひ、この機会に検診を受けましょう。

- ▶ 日程／2月16日（月）～19日（木）9時00分～17時00分まで
- ▶ 対象／40歳以上の町民
- ▶ 内容／2日間の便潜血検査と問診
- ▶ 申込締切／1月30日（金）まで

予約は森町保健センター
☎③2311
または申込フォームから

