



町からみなさんへの大切なお知らせです。



脳検診のお知らせ

今年度 60、65、70 歳になる方を対象に、脳検診（頭部MRI 及びMRA検査）費用の一部助成をしています。対象の方へは6月に案内を郵送しておりますので、是非この機会に受診しましょう。

検査期間は6年3月31日(日)までの開院日までです。

予防接種はお済みですか

今年度、2種混合（小学6年生相当）、麻しん風しん（MR）2期（今年度6歳になる方）の対象のお子さんと、まだ接種していない方は冬休みを利用して接種してください。

また、その他の予防接種についても未接種のものがないかどうか、母子健康手帳で確認しましょう。

不明な点がありましたら、担当窓口までお問い合わせください。

追加乳がん検診のお知らせ

近年、乳がんになる女性が急増しています。乳がんは、乳房のなかにある乳腺に発生する悪性腫瘍です。初期では自覚症状がほとんどないため、気づかずにそのままにしておくのががんが増殖し血液やリンパにのってがん細胞が全身に広がってしまいます。早期に発見し治療すれば治る病気です。2年に1回の検診をぜひ活用しましょう（今年度対象の方で未受診の方へは、11月に再度案内通知を郵送いたしました）。

■健診日 2月15日(木)※必ず予約をお願いします。

■定員 午前50人 午後30人

■検診会場 保健センター

■対象者 今年度40歳以上の偶数年齢の女性
※昨年未受診の奇数年齢の方も受診可

■自己負担金 1000円

■予約開始日

【インターネット】受付中

【電話または窓口】1月10日(木)から

子宮頸がん施設検診のお知らせ

2月29日(木)まで、指定医療機関にて実施しています。子宮頸がんワクチンを接種していても対象年齢になっている方は検診を受けましょう。

■対象者 今年度40歳以上の偶数年齢の女性
※昨年未受診の奇数年齢の方も受診可

未受診の方へは、1月に再度案内を郵送しました。指定医療機関は、「住民けんしんハンドブック」または、担当係までご確認ください。

特定健診結果を活かしましょう

特定健診の結果により、生活習慣病の発症と重症化予防のために、保健師や栄養士が、ご家庭を訪問または電話をいたします。健診結果をこれからの健康づくりに活かしましょう。

心の健康相談のお知らせ

職場や地域社会・家庭内でのストレス等により心に悩みを抱えている方に、精神科医がご相談に応じます。

■日時 1月19日(金) 午後1時30分～3時30分

■場所 福島県精神保健福祉センター
(福島県保健衛生合同庁舎5階)

■対象者 通院していない方で、心の健康相談を希望する本人、家族及びその他の方

※相談は無料で、予約制です。相談日の3日前までに電話でお申し込みください。

■問い合わせ 福島県精神保健福祉センター (Tel 024-533-2408)

県民健康調査「ここから調査」

福島県立医科大学では、県民の皆さまの「こころ」や「からだ」の健康状態をお伺いし、必要に応じて適切なケアや支援を行うための調査を実施しています。普段の生活では気づきにくいご自身の「こころ」や「からだ」の変化をチェックできる機会になりますので、積極的な回答をお願いします。

なお、令和6年8月末までに回答をいただいた方には、結果通知をお返しいたします。

専門的な支援が必要と判断された場合には、公認心理師、保健師、看護師等による「ここから健康支援チーム」からご連絡をさせていただきます。

■対象者 令和5年4月1日現在住民登録のある方

■発送時期 令和6年2月上旬より発送予定

■回答方法 郵送またはオンライン回答

■問い合わせ 福島県立医科大学放射線健康管理センター (024-549-5170)

毎月17日は減塩の日



減塩ワンポイント

汁ものを食べる回数を減らす

例えば、作り置きせず1食分ずつ作る。3食食べている人は2食に、2食食べている人は1食にする。汁ものは塩分が多くなりがちです、食事の頻度が多くならないように心がけましょう。



暮らし

マイナンバーカードの出張申請

問 町民税務課 町民係（内線 1308）

まだマイナンバーカードの申請をされていない川俣町在住の方で、マイナンバーカードの申請を希望する方の出張申請を受付します。お申込み後、日程調整をして（平日9時～午後4時まで）、ご自宅等の指定場所へ職員が訪問いたします。1人から伺いますので、ご希望の方は担当までお問合せください。

ジョブプランナーによる就職相談会

問 政策推進課 まちづくり推進係（内線 2406）

- 日時 1月25日(木) 午後1時～4時
- 場所 川俣町役場 1階 相談室 1
- 対象者 川俣町内に居住する方、原発事故の影響で川俣町内に避難されている方。
- 相談内容 就職相談、職業紹介、応募書類の書き方

求職者支援訓練のご案内

問 ハローワーク福島 訓練担当（Tel 534-4121）

ハローワーク福島では再就職へのステップとして職業訓練によるスキルアップの提案、就職支援を行っています。再就職を目指す方、休業中の方など、それぞれ利用しやすいコース・給付金制度があります。詳しくはお問い合わせください。



ハローワーク福島
ホームページ

中央公民館 Tel 565-2434

中央公民館休館のお知らせ

1月20日(土)は、定期清掃のため、午後5時まで休館します。なお、図書室は終日休室です。

羽山の森美術館

常設展の展示替えを行いました。

川俣町にゆかりのある作家の作品も多数展示しておりますのでぜひご覧ください。

「こども美術展」

日時 1月14日(日)まで

内容 町内の幼児・児童生徒の作品展

羽山の森美術館 Tel 566-3367
午前10時～午後4時 月曜休館（祝日の場合は翌日）

おはなしのへや

- 日時 1月27日(土) 午前10時30分～
- 場所 中央公民館 2階和室
- 対象者 幼児（保護者同伴）
- 内容 絵本の読み聞かせ等

20歳のつどいを開催します

今回は会場が川俣町体育館になります。ご注意ください。

- 日時 令和6年1月7日(日)
午前11時開式(午前10時30分受付開始)
- 場所 川俣町体育館 サブアリーナ
- 内容 ①式典 午前11時～11時30分
②記念撮影 午前11時30分～午後0時30分
③記念事業 午後0時30分～1時30分
- 対象者 平成15年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方※保護者の方は、席に限りはありますが、式典会場後方部の座席にてご覧いただけます。

健康づくり 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

さわやか体操教室

- 日時 1月15日(月)
 - 第1部：午前9時～10時（定員20名）
 - 第2部：午前10時30分～11時30分（定員20名）
 - 場所 中央公民館3階 第4研修室
 - 持参する物 水分補給用の水・お茶、マットまたはバスタオル
 - 講師 快フィットネス研究所
健康運動実践指導者 安田涼子先生
- ※次回は、2月7日(水)の開催です。

男性限定ナイスミドル体操教室

- 日時 1月16日(火) 午前10時～11時30分
 - 場所 川俣町体育館 サブアリーナ
 - 講師 ハ子メディカルフィットネスクラブ
健康運動指導士
- ※次回は2月6日(火)の開催です。

和気あいあい会のお知らせ

- 日程 1月11日(木)
講師 健康運動指導士 吉井雅彦先生
 - 時間 午前10時～11時30分
 - 場所 中央公民館1階 第1展示室
- ※次回は2月8日(木)の開催です