

『お出かけ保健室』はじめました!

～身近な場所にお邪魔します～



「お出かけ保健室」は、学校の保健室のような雰囲気です。誰でも気軽に健康について相談できる場所として、町の保健師や看護師、栄養士が健康に関する不安や悩みについての相談対応を行っています。

この取組は、2024年3月に策定した“第3次健康このえ21計画”の中で新たに追加された取組で、住民の皆さんに健康への関心を高めてもらう機会のひとつとして実施していきます。

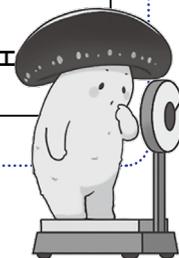
今年度は、皆さんが集まる地域のイベントなどにお邪魔して、各地区での健康相談の場を設けていきます。

実施内容

- **健康チェック**：血圧測定、体重測定、健康状態が見える化する機器（体組成計、血管年齢や野菜摂取量チェックなど） ※屋外・屋内など設置場所によって使用する機器が違います。
- **健康相談**：ご自身やご家族の気になることなど、ご相談ください。
- **健診結果の説明**：今までに受けた健診結果について、結果の見方や生活習慣へのアドバイスをお伝えします。

今後のお出かけスケジュール

日にち	時間	場所	行事
12月19日(金)	午前10時30分～12時	東飯田公民館	寄り合いカフェ
令和8年 1月23日(金)	午後2時～3時30分	南山田公民館	寄り合いカフェ
2月19日(木)	午前10時30分～11時30分	飯田公民館	出張妊婦赤ちゃんサロン
3月6日(金)	午後2時～3時30分	野上公民館	寄り合いカフェ



～11月2日・・・南山田げんき祭り～



～11月9日・・・のがみ文化祭



東飯田地区つーだら・だった祭り～



11月2日と9日は、南山田、野上、東飯田地区のイベントに「お出かけ保健室」として参加してきました。会場では血圧測定を中心に、血管年齢測定や体脂肪測定を実施し、イベントに来ていた方に健康チェックをしてもらいました。

「お出かけ保健室」は、住民の皆さんが気軽に相談できる場所として、身近な場所へ出かけていきます!「病気になるための第一歩」として、ご自身の健康を見直すきっかけに、「お出かけ保健室」ののぼりを見かけた時には、ぜひお立ち寄りください。これまでどおり、出前講座での健康講話もごございますので、あわせてご利用ください。

【お問い合わせ】
健康・子育て支援課(保健衛生グループ)
電話 76-3838

