

【健康福祉だより】

①もっと元気になる講座

日 時：令和7年9月24日(水) 午後1時30分～2時30分

会 場：最上町健康センター視聴覚室

講 師：山形大学医学部附属病院 研修医 齊藤 祥人 氏

※申し込み不要ですので、皆様奮ってご参加ください。

②献血のお知らせ

今年度、最後の献血事業です。“「あなた」を必要としている「だれか」”のために、皆様からの400ml献血のご協力をお願いします。

日 時：令和7年10月9日(木)

※詳しくは、
山形県赤十字血液センター
のホームページをご確認ください

時 間：①午前9時30分～11時00分

(会場：大場組)

②午後1時～3時

(会場：中央公民館)



※献血カード、アプリ等で、ご自身の献血可能日を確認の上、ご来場ください。

③ 9月は

「健康増進普及月間 ～1に運動、2に食事、しっかり禁煙、良い睡眠～」

「食生活改善普及運動月間～まずは毎日、あと一皿ずつ野菜と果物をプラス～」

生活習慣病を予防するために、日頃からの運動習慣の定着や食生活の改善が重要となります。この機会に、生活習慣を見直し、ご自身にあった健康づくりに取り組んでみましょう！

<申込み・事業に関する問い合わせ先>

最上町健康福祉課

☎43-3117

裏面もご覧ください⇒

④成年後見制度相談会

成年後見制度は、認知症等により判断能力が不十分な人の財産や権利を守るための重要な制度です。自身と家族を守るために成年後見制度について知り、利用を考えてみませんか？

日 時 : 令和7年9月24日 (水)

時 間 : 午前10時～ 11時30分

場 所 : 最上町健康センター

内 容 : 社会福祉士による個別相談 (予約が必要です)

※その他、ご連絡いただければ別日での相談や訪問対応もいたします。

わす

⑤ものの忘れ相談

ご自身やご家族のことで「最近ものの忘れが多くなった」、「元気がなくなり、ぼんやりしていることが多くなった」など気になることはありませんか？ものの忘れ相談を利用して、不安の軽減や早期発見・早期受診につなげてみませんか？

日 時 : 令和7年10月14日 (火)

時 間 : 午前9時 ～ 11時

会 場 : 最上町健康センター

対象者 : もの忘れが心配な方やそのご家族

内 容 : 保健師等による個別相談 (予約が必要です)

※その他、ご連絡いただければ別日での相談や訪問対応いたします。