

介護のこと、一人で抱えていませんか？

「地域包括支援センター」は、高齢者のみなさんが住み慣れた地域でいつまでも健やかに安心して生活できるように、高齢者ご本人やご家族を支援する身近な相談窓口です。またセンターでは、家庭で介護されている方の心身や生活を大切にするための事業にも取り組んでいますので紹介いたします。

<介護者の健康づくりをサポートする事業>

○家族介護教室：11月10日(日) 10:00~11:30

会場：紅梅荘

内容：紅梅荘職員が、ちょっとしたコツで今より楽な介護介護方法をお伝えします。

○介護者のつどい：11月6日(水) 9:30~11:30

会場：健康センター

内容：心身のリフレッシュや介護者同士の交流を目的とし、今回はストレッチを中心とした軽体操と茶話会を行います。

○足腰若がりクラブ：令和7年2月~3月の週2回、時間：14:00~15:00、会場：健康クラブ
内容：65歳以上の方を対象に軽体操を行い、足腰の機能低下の予防を目指します。

○いきいき百歳体操教室：毎週火曜日または金曜日の午前中、会場：NPO アルカディアみんなの家

内容：週1回すると足腰の機能低下予防に効果がある百歳体操を行います。体操後の参加者同士のおしゃべりも楽しい時間となっています。



家族介護教室の様子

<認知症に関する事業>

○認知症カフェ「カフェやまびこ」：11月20日(水) 13:30~15:30

会場：向町交流会館

内容：認知症の人や家族をはじめ地域住民の誰もが気軽に参加でき、認知症の理解を深め集える場です。

○もの忘れ相談 日時：毎月第2火曜日、9:00~11:00、場所：健康センター

※上記の他にも、相談は随時受付けております。

その他、認知症高齢者おかけり安心事業、認知症初期集中支援チームによる訪問・相談対応、在宅福祉サービス等を行っています。詳細については下記にお問合せください。

○介護や認知症に関する相談、事業の詳細に関するお問い合わせ 地域包括支援センター(内線602)

食生活改善推進員の活動紹介

最上町食生活改善推進協議会は、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における食を通じた健康づくり活動を、地域において推進しているボランティア組織です。地区の活動に出向き、調理実習や食と健康に関する講話を実施しています。現在、43名で活動をしています。

今年度は各地区のサロン等で、バランスのよい食事に関する講話、みそ汁塩分測定、笹巻き作り、災害時の調理実習を行いました。食生活改善推進員と一緒に楽しく活動したい方や実施したいことがありましたら、事務局へご相談ください。また、11月3日(日)に役場駐車場で開催される、最上町大産業まつりでは、みそ汁適塩体験や1日の野菜摂取目標量350「g」を測定する体験など、楽しく学べるブースを出展します。ぜひお立ち寄りください。



○お問い合わせ 最上町健康福祉課健康づくり推進室(内線607)

郷土料理集「伝えたいもがみの味」好評発売中！！

1冊 1,000円

健康センター窓口で販売しています。

○お問い合わせ 最上町健康福祉課健康づくり推進室(内線607)



山形県後期高齢者医療広域連合からのお知らせ

広域連合では、後期高齢者医療制度の健全な運営を図るために、年に1回「医療費のお知らせ」を発行し、被保険者のみなさまに、治療等にかかった医療費について確認していただいております。

今年度は、令和5年11月から令和6年10月診療分までを発行いたします。

このお知らせは確定申告(医療費控除)をされる際に使用できますが、医療機関の請求遅れといった理由で記載されていない分や令和6年11月と12月診療分につきましては、別途「医療費控除の明細書」への記入が必要となります。そのため、医療機関から受け取った領収書は、捨てずに保管をお願いいたします。

①対象者 山形県後期高齢者医療制度の被保険者

②発行時期 令和7年1月下旬

③記載内容 令和5年11月から令和6年10月診療分までの医療機関の名称・医療費の総額など

④注意点 確定申告(医療費控除)の詳細につきましては、広域連合ではご回答できませんので、お住いの地域を管轄する税務署または市町村の税務担当部署にお問い合わせください。

○お問い合わせ 山形県後期高齢者医療広域連合 事業課 給付係 TEL:0237-84-7100

最上町健康福祉課 医療介護保険室(内線609)

介護のお仕事就職・再就職サポート講座の実施について

◆開催日時 寒河江会場 令和6年12月2日(月) 13:30~15:30
ハローワーク寒河江 2階会議室(寒河江市大字西根字石川西340番地)
村山会場 令和7年1月27日(月) 13:30~15:30
ハローワーク村山 2階会議室(村山市榎岡五日町14番30号)

◆対象者 ○福祉・介護の現場へ就労を考えている介護の資格保有者
○介護関係の資格は持っていないが、介護の仕事に興味のある方

◆内容(会場共通)

- 実践報告「介護の現場から」(50分)
・現役の介護職員より利用者とのエピソードや介護職の魅力等について報告をいただきます。
- フリートーク「就職・復職への不安を解消しよう」(40分)
・報告いただいた2名の職員をゲストとして質問に答えていただくフリートークです。
- 就職へのワンポイントアドバイス(20分)
・山形県福祉人材センターでの就職支援や取り組みについて説明します。

◆参加料 無料

○申込・お問い合わせ

山形市小白川町2丁目3-30 山形県福祉人材センター(山形県社会福祉協議会)

TEL 023-633-7739 Fax 023-633-7730

詳細は山形県福祉人材センターホームページをご確認ください。

読み込むとHPへ
アクセスできます

詳細はHPへ



山形県看護協会「まちの保健室」

看護職による健康チェックや健康相談ができる「まちの保健室」を「新庄病院健康まつり」にて開催します。どなたでもお気軽にお立ちより下さい。(お申し込み不要)

日時 令和6年11月10日(日) 9:00~12:00

会場 山形県立新庄病院(新庄病院まつり内コーナー)

内容 ○健康チェック(血圧測定・血管年齢測定・体組成測定)

○健康相談(健康チェックの結果説明、病気の予防や健康づくりに関すること等)など

※「まちの保健室」は山形県看護協会最北支部による事業です。

○お問い合わせ 最北支部まちの保健室事務局 県立新庄病院 救命救急病棟 田中麗理子 TEL:0233-22-5525