

令和7年度
健康いわくら21推進

岩倉市保健センター(☎37-3511)

健康づくり応援事業！ *詳しくは広報でお知らせします。

がん検診・健康診査

乳がん検診・子宮頸がん検診・胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・前立腺がん検診
ヤング健診・骨粗しょう症検診

*詳しくは「けん診ガイド」(広報4月号同時配布)、市ホームページをご覧ください。

健康講座

- ◆循環器疾患予防講演会 (開催時期：令和8年3月予定)
- ◆骨粗しょう症予防講演会 (開催時期：12月予定)
- ◆COPD(慢性閉塞性肺疾患) 予防講演会 (開催時期：令和8年2月予定)
- ◆健幸チャレンジ教室(生活習慣病予防) (開催時期：10~11月)

健康いわくら21
(第3次)

計画推進のためシン
ポジウムを開催予定

栄養講座

- ◆栄養教室(年6回開催)

管理栄養士等によるテーマに応じた講話と調理実習があります。

運動講座

- ◆五条川を歩こう！

五条川沿いには「五条川健幸ロード」として整備された歩道や健康器具を設置してある場所
(八剱憩いの広場や夢さくら公園など)があるので、体力づくりに活用しましょう。

- ◆ポールウォーキング用ポール貸出事業(事前予約制)
- ◆ポールウォーキング体験会(開催時期：10月予定)
- ◆運動教室(1クール2回、年4クール開催予定)

歯の健康

- ◆節目歯科健康診査(20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・65歳・70歳)
- ◆口腔機能・歯科健康診査(76・80歳)
- ◆要支援認定者 口腔機能・歯科健康診査
- ◆糖尿病予防歯科健康診査 ◆訪問歯科健康診査
- ◆歯の健康相談：歯科医師や歯科衛生士によるブラッシング指導、口腔機能向上指導
- ◆歯の健康講座(開催時期：11月・12月)
- ◆8020歯の健康コンクール：80歳で20本以上の歯を残している人を表彰します。



(8020 応募期間) 5月~8月末

高齢者の健康づくり

◆フレイル予防健康講座（開催時期：7月・10月）

*フレイル予防に役立つお口と栄養の話とひざ・腰痛予防体操、シルリハ体操体験が受けられます。

◆シルリハ体操指導士養成講座（開催時期：9～10月）

*地域でシルバリーハビリティ体操を教える「シルリハ体操指導士」を養成します。

◆いわくらシルリハ体操教室

*シルリハ体操指導士が地域で毎月体操教室を開催しています。

健康づくり応援事業

◆健幸づくりサポーター事業

◇健幸づくりサポーター（健幸づくり推進員）

☆年に1回、健幸づくりサポーター養成講座を開催します。（開催時期：10月ごろ）

運動の推進 公共施設で定期的にヨガ、スクエアステップ、健康体操等を開催しています。

食生活改善の推進 健康につながるレシピの研究、ふれ愛まつり（健康フェア）で健康情報の発信などを行っています。

◇健幸づくりサポーター（健幸づくり推進団体）

*健康課と一緒に事業企画して健康づくりに取り組む団体が登録して、活動しています。

◇健幸づくりサポーター（健幸情報発信隊）

*市民や団体、登録していただいた企業、店舗などを通して健康情報を発信しています。

◆いわくら健康マイレージ事業

日頃の健康づくりを『ポイントカード』に貯めて、『まいか』をもらおう♪

*対象：小学生以上の市民および市内在学・在勤者

*ポイントカードは保健センター等公共施設にあります。アプリ「あいち健康プラス」でも参加できます。

◆健幸伝道師派遣事業

*保健師や作業療法士、歯科衛生士、管理栄養士が市民の集まる場所に出向いて健康情報をお届けします。



こころの健康

◆こころの健康相談：毎月2回、臨床心理士による相談が受けられます。（予約制）

◆こころの健康講座（開催時期：11月～12月予定）

健康相談

◆健康チェックの日：毎月第1・3水曜日（祝日を除く）午前9時～11時

*握力や血圧測定、体脂肪測定も実施！管理栄養士、歯科衛生士、作業療法士の相談は時間予約制です。

◆医師の健康相談：健康診査の結果相談会（年2回 9月・10月 予約制）

相談専用
ダイヤル
☎66-7300

◆電話健康相談：月～金（祝日を除く）午前9時～12時、午後1時～4時

◆家庭訪問：健康についてご相談があれば必要に応じて、保健センターの専門職員（保健師・管理栄養士・作業療法士・歯科衛生士）が訪問します。