

〒64363005

骨元気アップ相談会

6月8日～7月6日の毎週月曜日午後1時～2時と毎週水曜日午前9時～10時、保健所で、講話と骨量測定を。市内在住か通勤、在学の10歳以上の人。未成年者は保護者同伴で。各日10人。6月4日から電話で保健センター。

そのほか

特定医療費（指定難病）受給者証の更新手続きを
有効期限が9月30日の同受給者証をお持ちの人には6月末までに申請書を送付しますので、引き続き交付を希望する人は8月28日までに更新手続きを。健康増進課。

小児慢性特定疾病医療受給者証の更新手続きを
同受給者証の有効期限は9月30日です。10月1日現在19歳以下の人には6月末までに案内文を送付しますので、引き続き交付を希望する人は8月28日までに更新手続きを。健康増進課。

なお、同受給者証を持つ人を対象に、平成27年度から学習や就労の相談などが受けられる自立支援事業を実施しています。健康増進課。

市民健康開発センター

ハーティ21の運動教室

6月4日～6月10日
642666102

教室名や開始日などは左表の通り。時間は教室により異なります。いずれも18歳以上の人。①18人②③④⑦⑩20人⑤⑧22人⑥⑨25人⑪14人⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

教室名	開始月日	回数
① かんたんイス体操	7月1日	4回
② 楽しく運動	7月1日	4回
③ スンバ	7月2日	4回
④ ロコモ予防体操	7月3日	2回
⑤ 太極拳	7月3日	4回
⑥ ゆったりヨガ	7月4日	4回
⑦ 水中ウォーキング	7月4日	4回
⑧ ピラティス	7月7日	4回
⑨ シェイブヨガ	7月7日	4回
⑩ ロコモ予防水中ウォーキング	7月10日	2回
⑪ 栄養講話	7月18日	1回
⑫ 楽ちんダイエット食	7月18日	1回

保健・健康

高齢者の肺炎球菌ワクチン予防接種

平成27年度の対象は市内在住で下表の条件を満たす人です。4月中旬に対象者には保健所から黄色のはがきを送付していますので、希望する人は市内の実施医療機関で予約の上、接種してください。接種期限は平成28年3月末です。それ以降は全額自己負担の接種となりますので、ご注意下さい。料金は4,000円（生活保護受給世帯の人と中国残留邦人は無料）。はがきを紛失した人は保健所感染症対策担当で再発行手続きをしてください。過去に任意で同ワクチン（ニューモバックスNP）の接種を受けたことがある人は、はがきが届いていても定期接種の対象外となります。



対象	
65歳	昭和25年4月2日～26年4月1日生まれの人
70歳	昭和20年4月2日～21年4月1日生まれの人
75歳	昭和15年4月2日～16年4月1日生まれの人
80歳	昭和10年4月2日～11年4月1日生まれの人
85歳	昭和5年4月2日～6年4月1日生まれの人
90歳	大正14年4月2日～15年4月1日生まれの人
95歳	大正9年4月2日～10年4月1日生まれの人
100歳	大正4年4月2日～5年4月1日生まれの人
そのほか	60～64歳で、心臓か腎臓、呼吸器の機能に障害があるかヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害があり、障害者手帳1級を持つ人

詳しくは感染症対策担当 ☎4869-3010へ

6月は食育月間です

6月は食育月間です。市内にあるコミュニティ連絡板や小・中学校などで、食育に関するポスター「食べることは生きること」と心と体をはぐくむ食を次の世代に伝えよう」を掲示しています。生きるための基礎となる「食べる」を見つめ直してみよう。健康増進課。

健康づくりセミナー
6月19日（金）午後1時30分～3時、立花支所で、「健康の秘訣は朝のあいさつから」をテーマに講話などを。市内在住か通勤の成人 20人 6月5日から電話か直接保健所同課。

食育ボランティア養成講座
6月24日～7月15日 毎週水曜日 午後1時～3時

前10時～正午、保健所で、食に関する基礎知識などの講話を。市内在住か通勤で、講座修了後、来年3月までボランティアとして活動できる成人 30人 6月5日から電話か直接同課。

食と運動のサポーター（健康増進すみれ会）養成講座
6月25日～8月6日 木曜日 午前10時～11時30分（7月30日は午後1時30分～3時）計5回、園田支所で、食生活や生活習慣病についての講話を。市内在住か通勤で、講座修了後、ボランティアとして活動できる同講座未受講の人 30人 6月4日

から電話か直接同課。

お口の健康サポーター（歯ッピークラブ）養成講座
6月～来年2月 金曜日 午後1時30分～3時 計8回、保健所で、「歯周病と全身の健康の関係」など歯と口の健康についての講話を。講座修了後、ボランティアとして活動できる人 10人 6月4日から電話で同課。

食育のおはなし
6月29日（月）午前10時15分～11時30分、小田支所で、人形劇や管理栄養士の講話などを。30人 3000円 6月4日から電話で小田地域振興センター ☎6488・5441。