

予防接種

事業名	とき	対象	接種方法	協力医療機関
子どもインフルエンザ	令和7年1月31日(金)まで	生後6か月～中学3年生の接種希望者 (1)生後6か月～13歳未満:2回まで (2)13歳～中学3年生:1回	補助金額:1回あたり1,000円 医療機関にご予約の上、接種してください。1,000円を差し引いた額で接種できます。 ※協力医療機関以外で接種する場合は、接種後に保健センターに申請が必要となります。	杉山医院 N.キッズファミリークリニック とよ山内科クリニック わかばファミリークリニック かねここどもクリニック ようていファミリークリニック まき小児科
インフルエンザ  詳しくはこちら	令和7年1月31日(金)まで	(1)満65歳以上の方 (2)満60歳から64歳までの希望者で、身体障害者手帳1級相当の障害がある方	自己負担額:1,000円 (公費負担は年1回のみ) 医療機関にご予約の上、接種してください。 ※協力医療機関以外で接種する場合は、事前に保健センターに申請が必要となります。	杉山医院 N.キッズファミリークリニック とよ山内科クリニック わかばファミリークリニック その他近隣自治体の医療機関 (詳細はお問い合わせください。)
新型コロナ  詳しくはこちら	令和7年2月28日(金)まで		自己負担額:3,000円 (公費負担は年1回のみ) 医療機関にご予約の上、接種してください。 ※協力医療機関以外で接種する場合は、事前に保健センターに申請が必要となります。	杉山医院 N.キッズファミリークリニック わかばファミリークリニック その他近隣自治体の医療機関 (詳細は町公式HPか保健センターにお問い合わせください。)

保健センターだより

11月20日は世界COPDデーです

COPDってどんな病気？

COPDは、たばこの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気です。**COPDの原因の90%以上は喫煙です。**COPDは肺の病気ですが、虚血性心疾患や骨粗しょう症、糖尿病など全身にさまざまな病気を引き起こします。さらにCOPDになると約10倍肺がんになりやすいと言われています。

禁煙、早期発見・早期治療が大事！

禁煙することでCOPDの予防が期待されます。喫煙習慣のある方は、これを機に禁煙について考えてみましょう。関心がある方は保健センターへ相談してください。

また胸部レントゲン検査や胸部CT検査などを受け、COPDや肺がんの早期発見のために定期的にチェックすることも大切です。

▶問合せ 保健センター ☎28・3150

高齢者の健康

事業名	とき	ところ	対象	連絡先
高齢者の健康・認知症・介護 電話相談	平日 午前8時30分～午後5時15分	地域包括支援センター あおぞら	65歳以上の方とその家族	地域包括支援 センター あおぞら ☎28・0932
まちかど健康長寿教室	11月5日(火)午後1時30分～午後3時	保健センター	65歳以上の方	
	11月15日(金)午前10時～午前11時30分	富士学習等供用施設		
元気教室	11月8日(金)午前10時～午前11時、 午前11時～午後12時	保健センター	75歳以上の方	
音楽クラブ	11月7日(木)午前10時～午前11時	保健センター	65歳以上の方	
男性の簡単料理教室	11月22日(金)午前10時～午後12時30分	保健センター	65歳以上の男性の方	
健康ほっとサロン	11月12日(火)午後2時～午後3時	総合福祉センターひまわり	60歳以上の方	社会福祉協議会 ☎29・0002
元気はつらつサロン	11月6日(水)、13日(水)、20日(水)、 27日(水)午後1時30分～午後2時30分	総合福祉センターしいの木	65歳以上の方	
うたごえクラブ	11月14日(木)午前10時～午前11時	総合福祉センターさざんか	60歳以上の方	総合福祉センター さざんか ☎28・2088
シニア元気づくり体操 教室	11月5日(火)、12日(火)、26日(火) 午前10時～午前11時	総合福祉センターひまわり	おおむね65歳以上	地域包括支援 センター あおぞら ☎28・0932
	11月6日(水)、13日(水)、20日(水)、 27日(水)午前10時～午前11時	下青山公民館(第1・第3・ 第5水曜)、正法寺(第2・第 4水曜)		

初めて参加される場合や欠席をされる場合はご連絡ください。