

受講生募集

さらに輝ける！
いきいき健康教室

健康づくりのノウハウを知り、健康づくりを通して仲間ができる、みんなでもっと元気になれる教室です。仲間と一緒に健康づくりを進めましょう。

	とき	内容
第1回	10月8日(水) 13:30~15:30	健康の鍵！ 「歯とお口の健康」
第2回	10月22日(水) 13:30~15:30	運動で心も体も しなやかに
第3回	11月5日(水) 13:30~15:30	知ってるほど、 病気知らずの食生活

ところ 芸濃保健センター

定員 先着25人程度

申し込み 9月24日(水)~10月6日(月)に直接または電話で芸濃保健センター(☎266-2520)へ

■ つながる健康教室

いきいき健康教室を修了し、「健康づくり推進員」として、仲間と一緒に楽しく地域の健康づくりを進めるボランティア活動に興味がある人を対象に行います。

	とき	内容
第1回	11月19日(水) 13:30~15:30	継続の秘訣は仲間！ 1歩進んだ運動習慣
第2回	12月3日(水) 13:30~15:30	ストレス解消体験☆ 人とのつながりを大切に

ところ 芸濃保健センター

対象 いきいき健康教室を修了した人

申し込み いきいき健康教室終了時

10月1日から定期接種に 水痘ワクチンと高齢者肺炎球菌ワクチン

■ 水痘ワクチン

対象 下記のうち、水痘にかかったことがない人

- 1歳以上3歳未満の人
- 3歳以上5歳未満で1回も水痘ワクチンを接種していない人【平成26年度限りの経過措置】

■ 高齢者肺炎球菌ワクチン(23価)

対象 下記のうち、過去に1回も肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがない人

- 平成27年3月31日時点で、65・70・75・80・85・90・95・100歳の人
- 101歳以上の人(大正3年4月1日以前の生まれの人)

● 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、日常生活が極度に制限される人
※対象にならない65歳以上の人には費用助成の制度があります。

接種間隔や接種回数、自己負担額など詳しくは、広報津10月1日号に掲載する予定です。また、津市ホームページでもお知らせします。

9月はがん征圧月間！

いま、日本人の2人に1人が一生のうちにかんにかかるといわれるほど、がんは身近な病気になっています。そして、多くのがんは早く見つけることで、治すことができます。

皆さんは、毎年がん検診を受けていますか。がんを早期に発見するためには、定期的にかん検診を受けることが大切です。

そして、自分自身だけでなく、あなたの周りの大切な人が、がん検診を受けるように勧めてみましょう。

街頭啓発

一人でも多くの人にがん検診について関心を持ってもらうために街頭啓発を行います。

とき 9月30日(火)10時30分~11時30分
ところ イオン津城山(久居小野辺町)
内容 パンフレットの配布など



合い言葉は
「大切な命のために
受けよう！がん検診」