

津市人権講演会(久居)

久居総合支所生活課
☎255-8841 ☎256-7666



時 8月3日(日)

所 久居アルスプラザときの風ホール

時間	内容
第1部 10時30分～12時30分	映画「189(イチハチキュウ)」の上映
第2部 13時20分～14時20分	伊藤裕偉さん(県教育委員会)による講演「石碑が伝える災害の記憶と警鐘」
第3部 14時30分～16時30分	映画「心の傷を癒すということ」の上映

認知症サポーター ステップアップ講座

地域包括ケア推進室
☎229-3294 ☎229-3334



時 8月27日(水)10時～15時

所 久居総合福祉会館第一・第二研修室

対 市内に在住・在勤・在学の認知症サポーター養成講座修了者で、認知症の人とその家族を支える活動に関心のある人

定 先着30人

申 7月8日(火)より二次元コードから、または電話で地域包括ケア推進室へ

総合支所での 木造住宅耐震相談会

建築指導課
☎229-3187 ☎229-3336

木造住宅の耐震診断、耐震補強工事における補助制度や補強方法・費用などについて、各総合支所を巡回し、相談会を開催します。

とき(7月)	ところ
10日(木)	市美杉庁舎1階ロビー
24日(木)	市安濃庁舎1階ホール

時 10時～13時

申 事前に電話で建築指導課へ

News

Be

Healthy

and

Happy



健康づくりインフォメーション

健康づくり課 ☎229-3310 ☎229-3346

公認心理師による こころの健康相談



悩みや不安を抱えて困っているときは、一人で悩みを抱え込まずに、公認心理師に相談してみませんか。家族からの相談も受け付けます。

時 7月16日(水)14時～15時

所 中央保健センター

対 市内に在住の人

定 先着2人

申 7月8日(火)より二次元コードから

津市健康マイレージ 事業に参加しませんか



健康ポイントを20ポイント(自己申告)ためて申請すると、県内のマイレージ特典協力店でサービスが受けられる「三重とこわか健康応援カード」をお渡しします。また抽選で特産品などが当たります(抽選の締め切りは、来年3月6日(金))。この機会に健康づくりにチャレンジしましょう。

高齢者肺炎球菌 予防接種費用助成



対象となる人に、3,000円を上限に費用助成を行います。事前に費用助成券の発行が必要です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

対 津市に住み登録があり、66歳以上で過去に1回も肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがない人

発熱や咳など、かぜ症状が続くときは、医療機関に相談の上、早めに受診しましょう。

2 咳エチケット
人が多く集まるところで咳やくしゃみが出るときは…
☑ マスクを着用し、口・鼻をおおう
☑ マスクがない時は、ティッシュ・ハンカチなどで口・鼻をおおう
☑ とっさの時は、上着の内側や袖で口・鼻をおおう

1 手洗い
調理や食事の前、トイレの後、外出後などは…
☑ 小まめに手を洗う
☑ 30秒程度かけて、石けんを使用し丁寧に洗い、流水で十分に洗い流す
☑ 手洗いができない時は、手指消毒を活用する

感染症予防のポイント

全国的に百日咳などの感染者数が増えています。日頃から基本的な感染症対策を心がけましょう。

感染症を
予防して
夏を楽しもう！



健康づくり課職員