

松島町では健康ポイント事業を実施しています！

健康のためには運動を「継続」することが重要です！
1日少しでもいいので、運動の継続を目指しましょう！

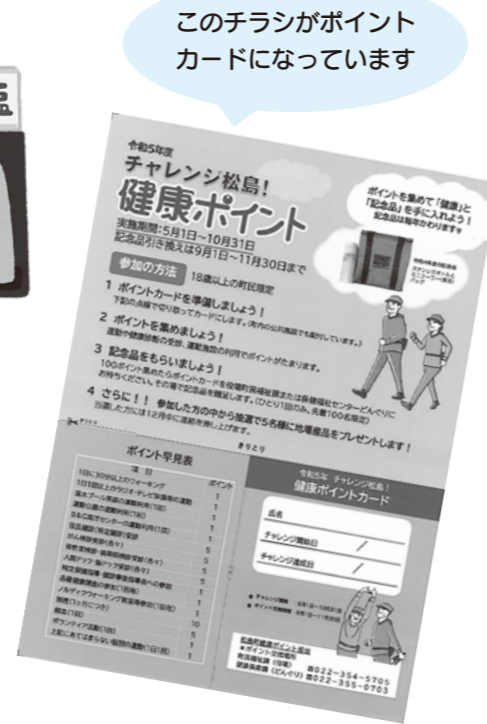
- ・30分のウォーキング、ラジオ体操などを1ポイントとして、100ポイントためていただいた方に記念品を贈呈します。(ひとり1回のみ。先着100人限定)



☆今年度の記念品はヘルシー調味料です！

- ・ウォーキングやプールの利用に加え、住民健診（特定健診）、各種がん検診、禁煙、献血などでもポイントが貯まります。
- ・ポイントカードは5月号の広報まつしまと一緒に各家庭に配布しています。松島町役場や保健福祉センターどんぐり、温水プール美遊など運動関連施設でもポイントカードを配布していますので、ぜひご参加ください！

健康ポイント事業に関するお問い合わせは、
健康長寿課健康づくり班（保健福祉センターどんぐり）まで
☎355-0703



健康体操教室・健康水中運動教室の参加を募集しています!!

- 対象 介護保険サービスを利用していない75歳以上の方
- 内容 体調チェック、講話と実技指導
- 実施期間 9月～11月の全8回
- 参加費 送迎なし：1回300円、送迎あり：1回400円
- 申込み期限 8月21日(日)まで
- 申込先 健康長寿課健康づくり班（保健福祉センターどんぐり） ☎355-0703



健康体操教室

日常生活で腰や関節に負担をかけないために、筋肉を鍛えるトレーニングやからだのバランスを整える体操を行います。

【月曜コース】

- 実施日 9月～11月の全8回(午前中) 初回は9月25日(日)
- 場所 高城避難所 3階多目的ホール
- 定員 15名

【金曜コース】

- 実施日 9月～11月の全8回(午前中) 初回は9月29日(金)
- 場所 品井沼農村環境改善センター
- 定員 15名

健康水中運動教室

腰や関節の痛みを和らげ、からだ全体の動きをよくするための水中運動を行います。

【木曜コース】

- 実施日 9月～11月の全8回(午前中) 初回は9月28日(水)
- 場所 温水プール美遊
- 定員 10名



【日程・地区割等について】

実施場所：松島町保健福祉センター どんぐり 受付時間：午前8時から午前11時まで

健診日	対象地区
8月25日(金)	高城地区(西柳1、2、高城1、2、3、新3、4、5、高城中)
8月26日(土)	※仕事等で指定日時に受けられない方
8月28日(月)	高城地区(高城6、新6、割波、割波二、光陽台、高城7、8、9、10)
8月29日(火)	本郷地区(帰命院下、居網、愛宕、新小梨屋、反町、新橋、小森、三居山一、三居山二)
8月30日(水)	手樽地区全域、根廻地区全域、初原地区全域、桜渡戸地区全域
8月31日(木)	幡谷地区全域、上竹谷地区全域、下竹谷地区全域、北小泉地区全域
9月1日(金)	磯崎地区(磯崎1、2、3、4、5、6)
9月3日(日)	磯崎地区(磯崎7、8、9、10、11)
9月4日(月)	松島地区全域

※混雑状況によっては、待ち時間が長くなりますので、あらかじめご了承ください。
※受付開始直後、土曜・日曜は混雑が予想されます。時間に余裕を持ってお越しください。

【受診票について】

受診票は、8月上旬に発送します。申し込みをされている方で8月中旬までに届かない場合は、下記までご連絡ください。
再発行・追加発行は、8月18日(金)までに電話でお申し込みください。

【送迎バスについて】

受診票にバスの時刻表が記載された通知が同封されます。送迎バスをご利用される方は、通知をご確認ください。

【感染対策について】

新型コロナウイルス感染症は5類となりましたが、インフルエンザ等その他感染症の流行が見られています。感染予防対策へのご協力をお願いいたします。

○安全・安心な健診の実施のために、皆様のご協力をお願いいたします

●問合せ先 健康長寿課健康づくり班（保健福祉センターどんぐり） ☎355-0703

新型コロナワクチン接種について

■8月31日(木)までオミクロン株2価ワクチンの追加接種を実施しています

接種対象者

- ・65歳以上で初回接種が完了し、前回接種日から3ヶ月以上が経過した方
- ・5歳から64歳の基礎疾患がある方で、初回接種が完了し前回接種日から3ヶ月以上が経過した方
- ・初回接種が完了し、前回接種日から3ヶ月以上が経過した医療従事者、介護従事者等で接種を希望する方

接種場所

医療機関：松島病院、松島海岸診療所、中山クリニック、小野寺記念たけなか医院で接種できます。
かかりつけ医がいる方は、町外のかかりつけ医でも接種可能です。

■乳幼児（6ヶ月から4歳）・小児（5歳から11歳）のワクチン接種を当面継続します

- ・生後6ヶ月を迎えるお子さんに初回接種用の接種券を送付します。
- ・追加接種用の接種券は接種を希望する方のみ送付しますので、電話でお申し込みください。

*小児の追加接種もオミクロン株対応2価ワクチンを使用します。

■12歳から64歳の健康な方は、9月以降に次の接種の案内がありますのでお待ちください。

各種問合せ/接種予約・変更/接種券発行（受付時間：平日午前8時30分～午後5時）

松島町新型コロナウイルスワクチンコールセンター

☎355-0667

〒981-0203 松島町根廻字上山王6-27 保健福祉センターどんぐり