

いちおし健康塾のお知らせ

ご自身の健康や食生活について考えてみませんか？ さまざまなテーマで健康や食生活に関する講座を5回行います。当日はヘルスメイトの方も一緒に参加します。ぜひお問い合わせのうえ、ご参加ください。

No.	日時	場所	内容	参加費
令和6年				
1	9月27日(金) 午前10時～午前11時	高城避難所	講話「介護予防について」	無料
2	11月15日(金) 午前10時～午後1時	保健福祉センター	講話・調理実習 「旬の魚を使った料理講習会」	500円
3	12月12日(土) 午前10時～午後1時	文化観光交流館	講話・調理実習 「食育カレンダーレシピ～お正月に向けて～」	300円
令和7年				
4	1月24日(金) 午前10時～午後1時	文化観光交流館	講話・調理実習 「郷土料理について」	300円
5	2月14日(金) 午前10時～午後1時	高城避難所	講話・運動 「健康づくり・フレイル予防のための運動」	無料

- ▶ **持ち物**：調理実習がある場合はエプロン、バンダナ、ふきんを持参してください。
- ▶ **定員**：6名
- ▶ **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

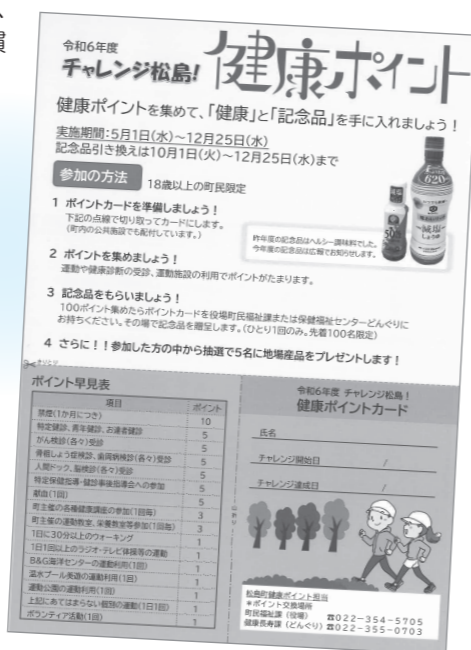
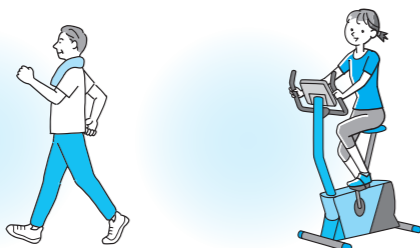
健康ポイント事業 実施中です！

みなさん健康ポイントは順調に貯められていますか？
10月1日(火)から、記念品の引き換えが始まります！（※ひとり1回、先着100人限定）

実施期間や記念品の交換期間は12月25日(金)までとなっていますので、まだ途中の方や参加されていない方でも、あと約4か月間諦めずに健康習慣を継続して、記念品をもらいましょう！

- ▶ **健康ポイント実施期間**：5月1日(水)～12月25日(金)
- ▶ **記念品交換期間**：10月1日(火)～12月25日(金)
- ▶ **記念品交換窓口**：町民福祉課町民サービス班（役場）
健康長寿課健康づくり班（どんぐり）

- ▶ **健康ポイント事業に関する問合せ先**
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



松島町総合健康診断 追加健診のお知らせ

今年度の総合健診は、8月23日(金)から9月2日(金)まで（8月25日と31日を除く）、保健福祉センターどんぐりで実施しています。9月2日(金)までに仕事等で都合が合わず受診できなかった方は、下記のとおり追加健診を行いますので、ぜひ受診してください。



- ▶ **日時**：10月5日(土) 受付時間 午前8時～午前11時まで
- ▶ **場所**：松島町文化観光交流館（アトレ・るHall） ※送迎バスはありません
- ▶ **持ち物**：受診票、健康保険証（国民健康保険加入者の方）、健診（検診）料金

注意事項

- ①受診票は、7月下旬に発送しています。当日、必ず受診票を持参してください。受診票をお持ちでない方は、事前に下記までお早めにお申し込みください。
- ②住民税非課税世帯の方で、自己負担額軽減措置を受けたい方は、健診当日の対応はできませんので、事前に「市町村住民税等調査同意書」を保健福祉センターどんぐりに提出し、認定を受けてください。ご不明な点は、下記までお問い合わせください。

▶ **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

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルスの予防接種について

令和6年度の高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルスの予防接種は、下記のとおり実施します。
今年度から、新型コロナワクチンの接種は定期接種に位置づけられ、重症化予防を目的として高齢者を対象に行うこととなりました。また、新型コロナワクチンの全額公費による接種は、令和6年3月31日で終了し、今年度から自己負担が発生します。



高齢者インフルエンザ予防接種・新型コロナウイルス予防接種 共通

▶ 接種の対象となる方

- ① 65歳以上の方（接種日の時点）
- ② 60～64歳の方で、心臓・腎臓・呼吸器機能の障害、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能に障害のある方で、日常生活を極度に制限される方（身体障害者手帳1級程度）
※申込時、身体障害者手帳の写しが必要です。

▶ 接種場所

指定医療機関 ※予診票と一緒に医療機関一覧を送付します。集団接種はありません。

高齢者インフルエンザ予防接種	新型コロナウイルス予防接種
▶ 実施期間 10月1日(火)～令和7年1月31日(金)	▶ 実施期間 10月1日(火)～令和7年3月31日(金)
▶ 自己負担額 2,000円 （医療機関窓口で支払い） ※接種料金4,768円のうち、町が2,768円を助成	▶ 自己負担額 3,300円 （医療機関窓口で支払い） ※接種料金15,426円のうち、町が12,126円を助成

高齢者インフルエンザと新型コロナウイルスの予防接種予診票について

今年度は、65歳以上の方全員に、9月下旬に予診票を郵送します。

※申し込み不要

- 接種を希望する方は、予診票や接種料金を持参し、予約の上医療機関で接種してください。
- ※接種は強制ではなく、あくまでご本人の意思に基づき受けていただくものです。
- ※60～64歳で対象となる方は、申し込みが必要ですので、下記までお問い合わせください。

▶ **問合せ先**：松島町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