

予防接種のお知らせ

高齢者インフルエンザ予防接種

対象者

町内に住所がある方で

- ①接種日において65歳以上の方
- ②接種日において60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方（身体障害者手帳1級相当）

接種期間

10月19日(月)から
12月18日(金)まで

(注) 期間内の接種に限り
助成します。

接種医療機関

- ・上ノ国診療所（月～金曜日・水曜日は午後休診・予約不要）
9時～11時30分、14時30分～16時30分
- ・石崎診療所（月～金曜日・要予約・予約受付は10月13日から）
※年齢確認の出来る物（健康保険証・免許証等）をお持ちください。
対象者②に該当される方は、身体障害者手帳もご提示ください。
※両診療所とも、接種料金は3,200円です。

助成額

上限 2,400円（助成額を400円増額しました）

やむを得ず町外の医療機関で接種する場合は？

予防接種依頼書の発行には手続きが必要です。保健福祉課、または湯ノ岱出張所、石崎出張所までお越しください。

なお、依頼書により接種した場合は、窓口で全額をお支払い頂き、その後改めて払い戻しの手続きが必要です。来所が困難な場合はご連絡ください。

＜手続きに必要な物＞

・印鑑（依頼書発行時）・健康保険証・運転免許証または住民票・身体障害者手帳（※対象者②の方）

お問い合わせ 保健福祉課健康支援グループまで ☎55-4460

『がんとともに生きる』講演会開催

南檜山でがん患者さんのお悩みや相談を受け、体験者による情報交換などを行っている「ほっこの会」による講演会が行われます。

参加無料・予約不要ですので、お気軽にご参加下さい。

■日時／11月14日(土) 13時30分～15時30分

■場所／江差町保健センター

■内容

①「がんを早くみつけよう」

講師：道立江差病院消化器内科医長
一色 裕之 氏

②「がんを経験して伝えたいこと」

③「ほっこの会活動報告」



■お問い合わせ

道立江差病院「ほっこの会」(☎52-6718)

10月から運動教室が始まりますよ～！

●運動教室の時期となりました。

運動の効果は、脂肪を燃やして筋力アップやメタボの予防に繋がり、美しい姿勢は、肩こりや腰痛の改善にもなります。

また、ストレス解消にもなります。

けど「健康のため運動は大切」とわかっていても一人で続けるのは大変ですよ。

運動教室では、おなじみとなっているフィットネススタジオジョイの先生が無理なくサポートしてくれます。楽しい運動教室に参加してみませんか？

●日程/19時～20時30分 ●会場/健康づくりセンター

1回目	10月29日(木)
2回目	11月13日(金)
3回目	11月26日(木)
4回目	12月1日(火)
5回目	12月15日(火)
6回目	1月13日(水)
7回目	2月10日(水)
8回目	2月17日(水)

参加料無料

※全8回ですが、途中からの参加もOKです！

●ご予約・お問い合わせ

保健福祉課健康支援グループ (☎55-4460) まで