

## 健康カレンダー



名称	とき	対象	ところ
<b>予約制</b> 血糖コントロール塾7.0会	20日 月 午後1時30分～3時	血液検査でHbA1c7%前後の方	保健医療センター
<b>予約制</b> 健康・栄養・歯科相談	23日 木 午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談を希望する方	
認知症家族の交流会、勉強会 「介護者の体のメンテナンス」	16日 木 午前10時～正午	認知症の方を介護している家族	市役所 201会議室
脱メタボのための 筋トレ・脳トレ実践教室	31日 日 午前9時30分～11時30分	どなたでも	市民会館2階 東ホール

名称	とき	集合場所	内容
みんなで楽しく 無理なく三谷歩こう会	12日 月 午前9時 (雨天中止)	三谷公民館	竹島コース
形原西浦の名所をめぐる ウォーキング会	31日 日 午前9時30分 (雨天中止)	形原公民館	形原神社・公園グラウンドコース

## 糖尿病教室



市民病院 ☎ 66-2200

## 在宅医などへのお問い合わせ

とき	ところ	講話の内容
12日 月	2階講義室	糖尿病とは・合併症
13日 火		日常生活・検査
14日 水	2階会議室	網膜症・運動
15日 木	2階講義室	薬・歯周病
16日 金		食事

※申し込み不要。どなたでも。

在宅当番医	☎ 67-2828
休日急病診療所	☎ 67-2555
休日歯科・障がい者歯科診療所	☎ 69-8020

### 5月31日は世界禁煙デー

タバコは喫煙者だけでなく、受動喫煙により非喫煙者の健康にも影響を与えます。禁煙を始めて、未来の自分や大切な人の健康を守りましょう。

## 風しん予防接種の費用を一部助成します ID 0215693

妊娠中に風しんにかかると、子どもに先天性風しん症候群が起こることがあります。生まれてくる子どものために予防接種を受けませんか。

- 対象** 市内在住で次のいずれかに該当する方
- ①妊娠を予定または希望している女性で抗体価が低いと判定された方（経産婦を含む）
  - ②①の夫または同居人
  - ③抗体価が低いと判定された妊娠中の女性の夫または同居人
- 助成額** MRワクチン（麻しん風しん混合ワクチン） 5,000円  
風しんワクチン 3,000円  
※生活保護世帯の方は全額助成（上限あり）
- 利用方法** ①抗体検査が必要な方は、抗体検査を受けて抗体価を確認する。  
②医療機関で予防接種を受ける。  
③令和8年3月31日 月曜までに、直接またはQRコードで健康推進課へ。

