

健康カレンダー



名称	とき	対象	ところ
予約制 血糖コントロール塾7.0会	19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
予約制 健康・栄養・歯科相談	22日 金 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	

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	11日 月 午前9時 (雨天中止)	若宮公園時計塔前	弘法山コース
形原西浦の名所をめぐる ウォーキング会	30日 土 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
18日 月	2階講義室	糖尿病とは・合併症
19日 火		運動・検査
20日 水		網膜症・日常生活
21日 木	2階会議室	薬・歯周病
22日 金	2階講義室	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

五月病になっていませんか？

新年度が始まって1カ月経ち、心身の疲れが出てきやすい時期です。深呼吸をしたり、軽い運動をしたりして、心と体をリラックスさせましょう。

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
 - ④妊娠を予定または希望している女性の夫または同居人で、抗体価が低いと判定された方
- 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9年3月31日 月までに、直接またはQRコードで健康推進課へ。

