

令和3年



町の保健だより

連絡先：健康保険課 健康長寿班（内線 131～136）

新型コロナワクチン接種に関するお知らせ

★町のワクチン接種は、現在満 12 歳以上*の方まで予約を受付しています。

※令和3年10月16日時点で12歳となる方へ接種券を発送しています。10月17日以降にお誕生日を迎える方には順次発送し、予約開始日・接種日等をお知らせします。

★平日、土曜日とも空きがあり、それほど待たずに接種できる状況です。接種を希望する方は、早めのご予約をおすすめします。

★詳細は別紙チラシ「新型コロナワクチン予防接種について」をご覧ください。

新型コロナウイルス感染症対策について

○人との距離や換気を心がけましょう。 ○手洗い・マスクの着用などを徹底しましょう。

○一人ひとりの行動が感染防止につながりますので、ご協力をお願いします。

《感染について心配な方》

・厚生労働省電話相談窓口

TEL 0120-565653

・受診・相談センター（五所川原保健所） TEL 0173-34-2108

《健康面・予防方法について心配な方》

・県コールセンター TEL 0120-123-801

・役場 健康保険課 TEL 22-2111

巡回肺がん・結核検診のお知らせ

日程：10月12日(火)、13日(水)、14日(木)、15日(金)

対象：40歳以上の方（令和4年3月31日時点での年齢となります。）

※対象の方には、保健協力員をとおして10月初旬に「胸部検診（肺がん・結核）受診票」を配付します。

※夏の総合健診で「肺がん・結核検診」を受けた方は、今回受ける必要はありません。

※11月に健診を受ける予定の方は、当日肺がん・結核検診は行いませんので、今回の巡回検診をご利用ください。



10月20日は世界骨粗しょう症デーです

町では令和4年3月31日時点で40・45・50・55・60・65・70歳の女性を対象に、令和4年1月16日(日)、17日(月)に骨粗しょう検診を行います。申し込み方法等の詳細は、対象者にのみ12月頃個別通知します。

各種行事について

会場内の換気、人と人との適切な間隔確保、来場者の検温や体調確認、従事者のマスク着用、手洗い・手指消毒の徹底など感染症対策に留意した上で開催します。

◎当日及び過去2週間以内に、本人または同居する方において、下記のいずれかに該当する場合は参加を控えてくださるようお願いいたします。

1. 37.5℃以上の発熱や咳などの風邪症状、だるさ（体調不良）がある場合
2. 県外との往来がある場合または新型コロナウイルス感染者及びその疑いがある方との接触がある場合

◎来場する際は、マスクを着用してくださるようご協力をお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止となる場合があります。ご了承ください。

介護予防事業に関する一部の教室

ヨーガ、フラダンス、ココリラ体操等を開催します。詳細は別紙チラシをご覧ください。

からだ すっきり! さっぱり! 健康運動教室

★開催日・対象地区 ※密集・密接を防ぐため、行政区ごとに参加できる日を指定します。

<10月21日(木)> 稲元、米元、掛元、稲川、桂井、田の尻、尾原、前中野、後中野、木筒、間山、野木、大巻、新田子、亀田、強巻、派立、寺町、仲町、本町、駅前通り、田中町、桜町、鶴寿団地

<10月29日(金)> 富士見町、公園通り、文化通り、菖蒲川、鶴泊、大性、山道、中野、胡桃館、境、松倉、横蒔、沖、東瀬良沢、西瀬良沢、鷹ノ尾、駅東町、相原町、みどり町、あさひ町

★場 所：鶴遊館

★時 間：午前10時～11時（受付9時30分～）

※会場には9時30分以降にお越しください。ご協力をお願いします。

*申し込み不要です。*運動できる服装でおいでください。

*水分補給のための飲み物、タオルなどをお持ちください。



「傾聴サロン」でほっこり、すっきりしませんか

鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。お話した内容の秘密は厳守します。安心してお越しください。

★日 時：10月4日(月)、18日(月) 午後1時～3時

★場 所：鶴遊館 栄養指導室

