

風しん追加的対策のお知らせ

町では、国の方針にあわせ、風しんの予防接種を受ける機会がなかった方へ風しんの抗体検査を行い、その結果、風しん抗体がない方に対して、予防接種を実施する予定です。

●検査の対象となる方

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

●抗体検査の流れ

ステップ1 町からクーポン券を受け取ります

クーポン券を対象の医療機関に持参することで、抗体検査及び予防接種を受けることができます。

対象となる昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性の方は、町から5月下旬にクーポン券をご自宅に送付します。

対象者のうち、昭和37年4月2日から昭和47年4月1日生まれの方は、ご自宅にクーポン券は送付されませんので、抗体検査を希望する場合は健康福祉課までご連絡ください。

ステップ2 風しん抗体検査を受ける

風しんの抗体が十分かどうかを調べるために、風しん抗体検査を受けます。医療機関にクーポン券を持っていることを伝え、予約し、受診日当日は必ずクーポン券を持参してください。

ステップ3 風しん予防接種を受ける

抗体検査の結果、十分な抗体がないと判定された方のみ予防接種を受けることができます。必ずクーポン券を持参してください。

●抗体検査・予防接種の費用 無料

●実施期間 令和4年3月31日まで

●実施医療機関

七ヶ宿町国民健康保険診療所、検査・予防接種を実施する医療機関

●5月1日以前に転入された方

転入前の自治体から配布されているクーポン券は使用できませんので、健康福祉課で新しいクーポン券を受け取り、医療機関を受診してください。

「七ヶ宿町24時間電話健康相談」

●専用ダイヤル **0120-56-2577**

七ヶ宿町の町民の方がご利用いただけます。

「小児科オンライン」

専門医へ
直接相談できる

まずはご登録を!



生活の中に運動を取り入れ、体力の維持や向上を目指しましょう!

町の特定健診受診者のうち、運動を習慣的に行っている方は、全体の3人に1人となっています。ライフスタイルに合わせて、自分なりの運動を見つけ習慣づけましょう。

町では、下記のとおり運動の強さごとに教室を開催しています。ご自分の運動習慣のきっかけに、ぜひご活用ください。参加を希望される方は健康福祉課までご連絡ください。



教室名「リハクト」

内容／テレビゲームに合わせて体を動かします。
歩く力や踏ん張る力をつけたい方におすすめ。

強さ／やさしめ

頻度／毎月1回(6月から)

※開催日は暮らしのカレンダーに掲載



教室名「よイトレ」

内容／柔軟性や筋肉を少しずつ向上させたい方におすすめ。
ストレッチや軽い筋トレを行います。

強さ／適度に

頻度／毎月1回

※開催日は暮らしのカレンダーに掲載



教室名「げんき塾」

内容／しっかり汗を流したい方におすすめ。
野外での有酸素運動や運動学習ができます。

強さ／しっかり

頻度／毎月1回

※開催日は暮らしのカレンダーに掲載



教室名「スポメ」

内容／町外のスポーツジムにて、
機器やプールを利用した運動を行います。

強さ／がっちり

※5月21日～7月末まで、毎週火曜日開催です。

※ご希望の方は5月17日(金)までご連絡ください。

