

「健康づくり講座」

本来の良い健康状態・体型に身体を戻す。体幹強化や姿勢を整えるセルフケア、運動不足の人・運動の苦手な人にもおすすすめです。

日時▼

10月16日(金)午前10時～11時  
11月13日(金)午前10時～11時

会場▼アリーナ

対象者▼40歳～70歳までの市民

内容▼体幹強化・筋力トレーニング(軽体操)

講師▼健康運動指導士 佐藤みゆき先生

定員▼10人(先着順)

参加費▼無料

持ち物▼ヨガマットまたはバスタオル、上履き、タオル、飲み物

申込み期間・問合せ▼

※10月1日(木)～15日(木) [困健康づくり課保健指導係(☎内線1174)に電話でお申し込みください。]

各講座・教室については新型コロナウイルスなどの影響で、中止になる場合があります。

感染症予防のため、会場出入りの際、マスク着用をお願いします。

当日は自宅での体温測定を行い、発熱などの症状がある場合は参加をご遠慮ください。



健康

中学3年生・高校3年生

インフルエンザ予防接種

費用助成のお知らせ

10月1日からインフルエンザ予防接種の助成が始まります

今年度から、中学3年生・高校3年生相当の年齢の人を対象にインフルエンザ予防接種費用の助成を開始します。

インフルエンザ予防接種助成期間▼

10月1日(木)～令和3年1月末日

助成対象となる人▼

①今年度中学3年生相当(平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれ)の人  
②今年度高校3年生相当(平成14年4月2日から平成15年4月1日生まれ)の人

接種回数▼

1回

個人負担額▼

1,000円

接種の方法▼

対象者あてに、予防票をお送りします。予防票と健康保険証を持って市内の指定医療機関で予防接種を受けて自己負担金1,000円を医療機関へお支払いください。

問合せ▼

困健康づくり課予防係

(☎内線1172)

高齢者インフルエンザ

予防接種のお知らせ

10月1日からインフルエンザ予防接種の助成が始まります

インフルエンザ予防接種助成期間▼

10月1日(木)～令和3年1月末日

助成対象となる人▼

①接種日時点において65歳以上の人  
②接種日時点において60～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器などに一定の障害を有する人

接種回数▼

1回

個人負担額▼

1,200円

生活保護世帯や中国残留邦人の支援などを受けている人は無料になりますので、接種を受ける前に困健康づくり課または困住民福祉課で申請してください。申請の際には、印鑑が必要です。

接種の方法について▼

健康保険証を持って医療機関へ行き予防接種を受け、自己負担金1,200円を医療機関へお支払いください(下記の市内各医療機関には、あらかじめ予防票が用意されています)。

※市外の医療機関で接種を希望される人は、安中市用の予防票を困健康づくり課または困住民福祉課で受け取り、健康保険証と一緒に持参して接種を受けてください。

やむを得ない事情で事前に用意できない人は、市外の接種医療機関でお申し出ください。

困健康づくり課予防係

(☎内線1172)

インフルエンザ予防接種が受けられる市内医療機関(50音順)

医療機関名	電話番号
アミヤ医院	385-11511
あやこまごころ診療所※	388-11180
有坂内科医院※	381-0485
いのうえ整形外科・内科クリニック※	380-1717
いわい中央クリニック※	381-2201
浦野整形外科医院	385-8810
大貫クリニック※	380-1181
おにかた医院※	385-1351
くろさわ医院	393-5311
公立碓氷病院※	385-8221
櫻井内科医院※	385-8551
さるや内科医院※	384-3681
清水耳鼻咽喉科医院	381-0360
正田病院※	382-1123
城田医院※	385-7858
須藤病院※	382-3131
田口医院※	393-1731
武井内科循環器科※	393-1005
永山医院※	381-0314
半田内科医院	385-6031
藤巻医院※	393-1324
堀口医院※	381-0229
本多病院	382-1255
松井田病院※	393-1301
原則予約不要	
みやぐち医院※	384-1126
もてき内科医院※	382-2510

※印の医療機関は事前に予約が必要です

問合せ▼

困健康づくり課予防係

(☎内線1172)