

高齢者のかたへ

インフルエンザ予防接種料金を一部補助

高齢者や心臓・肺・気管支などに慢性疾患のあるかたがインフルエンザにかかると、重症化して命にかかわる危険があります。インフルエンザは感染力が強いいため、あつという間に大流行しますから、早めの予防を心がけてください。

予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでは2週間ほどかかり、その効果が十分に持続する期間は約5カ月間です。

市では、接種料金の一部を補助します。インフルエンザが流行する前に予防接種を受けましょう。

補助の対象

① 接種日に満65歳以上のかた

② 60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫の機能に重い病気のあ

るかた(身障手帳1級程度)

②のかたは事前に保健センターへの申請が必要です。

補助される期間

10月1日～16年1月31日

補助される額

1,000円(1人1回限り)

接種料金

各医療機関が定める接種料金(請求の時点で1,000円が減額されます)。なお、生活保護世帯のかたは、事前に保健センターへ申請すると無料になります。

持ち物

健康手帳、健康保険証、接種料金

申し込み方法

希望する医療機関へ予約してください。

予防接種実施医療機関

秋田労災病院、石田病院、石田脳神経外科クリニック、石塚医院、石母田耳鼻咽喉科医院、今井病院、市立総合病院、小山内医院、神林外科医院、くどう小児科医院、小松内科胃腸科医院、根田内科医院、さくらば医院、佐々木小児科医院、佐々木内科医院、さとう心療内科、鈴木胃腸科歯科医院、関内医院、たかせ内科、高橋彰彦内科医院、高橋内科医院、武内外科医院、常盤医院、西大館病院、東台病院、丸屋クリニック、森川外科医院、森田泌尿器科、山内耳鼻咽喉科、渡辺胃腸科外科医院

市外の医療機関は保健センターへお問い合わせください。

問 保健センター ☎42-9055

健康づくり学級(全4回) 参加者募集

会場 保健センター

参加料 無料

募集人数 30人

定員になり次第、締め切ります。

1回目 10月22日(水) 9時45分～13時

・健康相談、血圧測定

・講話(保健師)

「大館の健康づくり計画」

・講話と調理実習(栄養士)

「高血圧予防の食事」

持ち物・筆記用具、エプロン

2回目 11月10日(月) 9時45分～11時30分

・健康相談、血圧測定

・講話(健康運動指導士)と運動実技(体育指導委員)「楽しく運動しよう」

持ち物・筆記用具、運動のできる服装、ズック

3回目 11月27日(木) 9時45分～11時30分

・健康相談、血圧測定

・講話(歯科衛生士)

「歯の健康について」

持ち物・筆記用具

4回目 12月12日(金) 9時45分～13時

・健康相談、血圧測定

・講話(保健師)「脳卒中の予防」

・講話と調理実習(栄養士)

「適塩のすすめ」

持ち物・筆記用具、エプロン

申・問 保健センター ☎42-9055

市税の納付 もう一度確認を!

今月は、国民健康保険税第4期、市県民税第3期、介護保険料第4期の納期です。忘れずに納めてください。

8月から12月は滞納整理強化月間です。市税などに未納があるかたは、お早めに納付してください。

国保税などの納付は 便利で確実な口座振替で

申し込み手続き

預・貯金通帳、通帳使用の印鑑、口座振替したい国保税などの納付書を持って、取扱金融機関窓口にある「口座振替依頼書」に記入してお申し込みください。

手続き窓口

各金融機関、郵便局

お問い合わせ、ご連絡は

市税などは収納課(内線227)

介護保険料は長寿支援課(内線412)

健康秋田21計画推進県民大会

「広げよう つなげよう 健康づくりの輪」

とき 10月5日(日)

入場料は両会場とも無料

第1会場 秋田桂城短期大学

「健康秋田21計画」推進

シンポジウム

パネルディスカッション

コーディネーター

小笠原 充宏氏

特別講演

(大湯リハビリ温泉病院 理事)

演題 「健康は笑いから」

講師 三笑亭 夢之助師匠

第2会場 ジャスコ大館店

けんこう屋台村

10時～18時

・運動のコーナー

・体力診断、呼吸CO測定、アルコールパッチテスト

・食のコーナー

ヘルシーメニューの試食、モデル献立の展示、健康クイズ

・休養のコーナー

疲れをとるツボ教えます、ハーブを飲んでみよう

・健康スタンプラリー

ほか

問 県健康対策課

☎018-860-1422

