



自費で子宮頸がん予防ワクチンを接種した費用を助成します

子宮頸がん予防ワクチン接種における積極的勧奨の差し控えにより定期接種の機会を逃し、令和3年度末までに自費で接種した人に対して、接種費用を助成します。

▶対象 平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれの女性で、今年4月1日現在で本市に住所を有する人

▶助成額 接種費用実費(上限あり)

▶申請期限 令和7年3月31日(月)

▶その他 詳しくは市ホームページをご覧ください

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100



健康づくりWEB講座を配信！ ～那須塩原の温泉でフレイル予防～

外出自粛や運動不足で引き起こされるフレイル*を予防して、ダメージに強い体づくりをしましょう。フレイル予防のための専門家の講話や、市内の温泉街でウォーキングの実践を紹介する動画をWEBで配信します。魅力ある那須塩原の温泉街で、健康づくりを学びましょう。

▶配信内容 健康づくりWEB講座
～那須塩原の温泉でフレイル予防～

①フレイル予防の講話
②塩原温泉郷散策ウォーキングで心と体のフレイル予防
※フレイル…「健康」と「要介護」の中間の状態。心と体の働きが低下した「虚弱」を意味する言葉。

▶料金 無料
▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100



100歳まで元気！～短期運動教室～

ボールやバンドを使って楽しく体を動かしましょう。どんな運動をしたらいいのかわからない人や転倒が心配な人、介護予防をしたい人におすすめです。

▶とき 来年1月18日～3月8日の毎週水曜
いずれも午前10時～11時30分(全8回)

▶ところ 市シニアセンター

▶対象 介護保険認定を受けておらず、介護予防・日常生活支援総合事業の対象者でない65歳以上の市民

▶定員 10人 ※定員を超えた場合は抽選。

▶参加費 1回当たり300円

▶申込期限 12月28日(水)

▶申し込み・問い合わせ 市シニアセンター ☎0287(73)2210



「ヒートショック」に注意

ヒートショックとは、暖かい場所から寒い場所への移動など急激な温度変化のために血圧が急に上昇し、失神や脳卒中、心筋梗塞などが起こる健康障害です。

▶予防方法

①室内の温度差をできるだけ小さくしましょう
②排せつ後は血圧が下がります。立ち上がる時は手すりにつかまるなど、ゆっくり立ち上がりましょう
③入浴前には同居者に声をかけましょう。熱い温度や長風呂を避け、立ち上がる時にはゆっくりと。入浴後は水分補給を忘れず。食事や飲酒、服薬後は時間を空けてから入浴しましょう

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100



新型コロナウイルス感染症対策

▶問い合わせ ☎新型コロナウイルス感染症対策室 ☎0287(62)7197

本市では、次のとおりワクチン接種を進めています。接種券は、接種時期を迎えた人に順次送付しています。接種が済んでいない人は、年末の感染流行に備えて接種を検討してください。接種の詳細内容は、接種券に同封しているチラシまたは市ホームページで確認してください。



年齢区分とワクチン接種

年齢区分	接種区分	ワクチンの種類	接種場所	予約
12歳以上	初回接種 (1・2回目接種)	ファイザー社製 従来株ワクチン	国際医療福祉大学病院	☎0287(73)8823 平日午前9時～午後5時
	3回目以降の接種 (3～5回目接種)	ファイザー社製 オミクロン株 対応2価ワクチン	【集団接種会場】 ザ・ビッグエクストラ那須塩原店 市役所塩原支所 【医療機関】 菅間記念病院 国際医療福祉大学病院 きくち内科クリニック	【WEB】 接種予約システム 24時間対応 【電話】 ☎050(5490)8360 平日午前9時～午後5時
5～11歳 (小児接種)	初回接種 (1・2回目接種)	ファイザー社製 小児用ワクチン	菅間付属診療所 中川医院	【WEB】 接種予約システム 24時間対応
	追加接種 (3回目接種)		菅間付属診療所 中川医院 なすこどもクリニック ふじおか内科小児科	【電話】 ☎0287(73)8823 平日午前9時～午後5時
6カ月～4歳 (乳幼児接種)	初回接種 ※3回目接種で 1セット。	ファイザー社製 乳幼児用ワクチン	菅間付属診療所 中川医院 ふじおか内科小児科	小児接種と同じ ※11月21日の週から 予約開始予定。

〈12歳以上の接種〉

- ・3回目接種以降のオミクロン株対応ワクチンの接種間隔は、前回の従来株ワクチン接種から3カ月以上です
- ・オミクロン株対応ワクチン接種回数は、BA.1、BA.4-5の種類にかかわらず1回です
- ・初回接種(1・2回目接種)用の従来株ワクチンは、年内で供給が終了予定です。本市では、在庫が無くなり次第、接種を終了します。接種していない人は、年内のうちに初回接種を検討してください
- ・県の大規模接種会場でも接種を行っています。問い合わせ：☎0570(003)234(平日午前9時～午後5時)

〈5歳～11歳の接種(小児接種)〉

- ・追加接種の接種間隔は、初回接種(1・2回目接種)完了から5カ月以上です

〈6カ月～4歳の接種(乳幼児接種)〉

- ・接種は、11月29日から開始します。接種間隔は、原則1回目から2目が3週間、2回目から3目が8週間です

新型コロナウイルス感染症対策取組認証制度

新型コロナウイルス感染症対策に意欲的な旅館・ホテルの取り組みを、市が認証しています。今回新たに右の事業所をプレミアムクラスに認証しました。現在21件の宿泊施設が認証を受けています。

塩の湯温泉 蓮月
常盤ホテル
上会津屋
美肌の湯と寛ぎの宿 光雲荘
赤沢温泉旅館
奥塩原高原ホテル

△塩原1340-3
△塩原695
△塩原745
△塩原2340-1
△塩原1149
△湯本塩原113-4



詳しくはこちら

