



100歳まで元気 ～介護予防筋力トレーニング～

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** 5月10日～6月28日の毎週水曜
午後2時30分～4時(全8回)
- ▶**ところ** 市シニアセンター
- ▶**対象** 介護保険認定および基本チェックリストによる事業対象認定を受けていない65歳以上の市民
- ▶**定員** 10人(先着) ▶**参加費** 1回当たり300円
- ▶**申込期間** 3月13日(月)～4月28日(金)
- ▶**申し込み・問い合わせ**
市シニアセンター ☎0287(73)2210



引き続き 基本的な 感染防止対策をお願いします

感染症法上の位置付けは変わりますが、ウイルスの特徴が変わるわけではありません。

また、今の時期は季節性インフルエンザ流行シーズンでもあるため、引き続き「手洗い・手指消毒」「換気」などの感染対策をお願いします。

▶**問い合わせ**
☎**新型コロナウイルス感染症対策室**
☎0287(62)7197

詳しくはこちら



じきょうじゅつ 自彊術初心者体験教室参加者募集

内臓や脳などの各機能を高め、健康の維持・増進に期待できると言われる自彊術。指圧・整体・呼吸法を31の動作に織り込み、同時に行う健康体操です。

- ▶**とき** 3月12日(日) 午後2時～4時
- ▶**ところ** 鳥野目河川公園 管理棟内 食堂「^{りんりん}林林」
- ▶**講師** 滝口 由美子 氏(公益社団法人自彊術普及会)
- ▶**参加費** 無料
- ▶**定員** 15人程度
- ※定員になり次第締め切り。
- ▶**持ち物** ヨガマット、タオル、飲み物
- ▶**申込期間** 3月6日(月)～12日(日)
- ▶**申し込み・問い合わせ**
鳥野目河川公園管理事務所 ☎0287(64)4334



女性の健康を考えてみませんか

3月1日から8日は「女性の健康週間」です。女性が自らの健康に目を向け、生涯をとおして健康で明るく、充実した日々を過ごすための支援を目的としてさまざまな取り組みを実施しています。

市では、女性の健康づくりに関連した情報をまとめ、ホームページに掲載しています。このページは女性だけでなく、男性や周囲の人に知ってほしいことも掲載していますので、ぜひ見てください。

▶**問い合わせ**
健康増進課 ☎0287(63)1100

詳しくはこちら

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

新型コロナウイルスワクチン接種(3月の接種日程)

年齢区分	接種区分	ワクチンの種類	接種場所・接種曜日	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(日曜)	☎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	菅間記念病院(日曜) 国際医療福祉大学病院(日曜)	【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(金曜) 中川医院(木・土曜)	【WEB】 接種予約システム 24時間対応 【電話】 ☎0287(73)8823 平日午前9時～午後5時
	追加接種 (3回目接種)		菅間付属診療所(水曜) 中川医院(木曜) なすこどもクリニック(土曜) ふじおか内科小児科(金・土曜)	
6カ月～4歳 (乳幼児接種)	初回接種 (1～3回目接種)	ファイザー社製 乳幼児用ワクチン	中川医院(火曜) ふじおか内科小児科(土曜)	

- ・医療機関によっては、接種を実施していない週があります
- ・ワクチン接種は、接種前に医師が行う予診において、体調や予診票の記載内容により、接種を見送る場合があります

新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが変わります

国では、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けを、現行の「2類相当」から季節性インフルエンザと同じ「5類」へ引き下げることを正式に決定しました。

引き下げの時期は、5月8日を予定しています。現在決定している対応方針は右のとおりです。

※本市における感染対策の考え方や、ワクチン接種のスケジュールについては、国の具体的方針が示され次第、市ホームページやみるメールなどで速やかにお知らせしていきます。



位置付け変更に伴って決定した主な国の対応方針

- 【患者への対応】※3月上旬頃に具体的方針を決定。
 - ・急に負担が増えることがないように、入院・外来医療費の自己負担への公費支援は、期限を区切って継続する
- 【医療提供体制】※3月上旬頃に具体的方針を決定。
 - ・幅広い医療機関が診療できる体制に段階的に移行する。入院患者についても、医療機関の間で調整する体制に段階的に移行する
- 【基本的な感染対策】※今後早期に方針を決定。
 - ・マスクの着用は、屋内、屋外問わず、個人の判断に任せるとを基本として検討を進める
 - ・換気や手洗いなどの基本的な感染対策を引き続きお願いする
- 【ワクチン接種】※3月までに最終方針を決定。
 - ・4月以降のワクチン接種は検討中。なお、必要な接種については、引き続き自己負担が発生しないようにする