



高齢者・基礎疾患保有者は 新型コロナワクチンの接種を

ワクチン接種の対象者などの詳細は、ホームページを確認するか、問い合わせてください。接種対象者で接種を希望する人は、忘れずに接種してください。

【新型コロナワクチン春開始接種(8月末まで)】

- ▶対象 初回接種(1・2回接種)を終えた次の市民
・65歳以上の人
・12～64歳で基礎疾患を有する人その他重症化リスクが高いと医師が認める人
・医療従事者、高齢者施設などの従事者



【新型コロナワクチン初回接種】

初回接種を終えていない人には、引き続き接種が受けられる体制を整えています。

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(62)7197



予防が重要！ 熱中症対策

熱中症は予防できる病気です。暑い夏を元気に過ごすため、熱中症のことをよく知り、しっかり予防しましょう。持病がある人は、夏の過ごし方をかかりつけの医師に相談して、上手にコントロールしましょう。

【熱中症予防のポイント】

- ・暑さを避けましょう
- ・こまめに水分を補給しましょう
- ・日頃から健康管理をしましょう
- ・暑さに備えた体作りをしましょう

▶問い合わせ

那須地区消防本部
☎0287(28)5119



心と体のつらさを和らげる ～がんの市民公開講座～

那須赤十字病院では、がん患者の苦痛を取りのぞき、患者さんと家族が自分らしい生活を送れるようにするための「緩和ケア」をテーマに講座を開催します。

- ▶とき 9月2日(土) 午後2時～3時
▶ところ トコトコ大田原3階(大田原市中央1-3-15)
▶対象 市民 ▶料金 無料
▶定員 25人
▶申込方法 電話で申し込み
▶申込期間 8月7日(月)～31日(木)
※定員になり次第締め切り。

▶申し込み・問い合わせ
那須赤十字病院がん診療対策推進室
☎0287(23)1122
(平日午前9時～午後4時30分)



がん検診を受けましょう！

がんは、早期に発見することで治せる可能性が高くなり、治療も軽く済むことが多いと言われています。市では、市民の皆さんの健康の保持につなげるため、がん検診を実施しています。がん検診は、集団検診または個別検診で受けられます。1年に1回は、がん検診を受けるように心掛けましょう。がん検診を受けるためには申し込みが必要です。

▶対象

- 男性…40歳以上の人(前立腺がん検診は50歳以上)
女性…40歳以上の人(子宮頸がん検診は20歳以上、乳がん検診は30歳以上)

▶申し込み・問い合わせ

健康増進課(黒磯保健センター)
☎0287(63)1100



成長

舞台。



できる

令和6年3・4月入隊

自衛官募集



詳しくは自衛官募集ホームページ

	対象	試験日	受付期限
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人	【1次】9月15日(金)～24日(日) 【2次】10月14日(土)～11月5日(日) ※どちらも、いずれか1日を指定。	9月5日(火)
自衛官候補生		受付時にお知らせします	8月31日(木)
航空学生(航空)	18歳以上21歳未満の人	【1次】9月18日(祝月) ※2、3次試験の詳細は、改めてお知らせします。	9月7日(木)
航空学生(海上)	18歳以上23歳未満の人		
予備自衛官補	18歳以上34歳未満の人	9月23日(祝土)～10月9日(祝月) ※いずれか1日を指定。	9月21日(木)

▶試験場所 宇都宮市内

▶問い合わせ 自衛隊栃木地方協力本部大田原地域事務所 ☎0287(22)2940

自衛官を目指す人のための 相談・サポート窓口あります

市内で活動する10人の自衛官募集相談員が、自衛官志願者への情報提供などを行います。受験に迷っている場合などは、☎市民課に問い合わせてください。

▶問い合わせ ☎市民課 ☎0287(62)7132



先輩自衛官の声、
自衛官に関する疑問など
動画で配信中

写真：陸上自衛隊HPから引用