

保健センターからのお知らせ

● 申込・問合せ先 保健センター
〒639-0251 逢坂1-506-1
☎77-3965 FAX 77-0939

- ◆保健センターへ車でお越しの際は、駐車台数に限りがありますので、ご注意ください。
- ◆感染症予防や気象警報など状況によっては行事を中止・変更・延期することがありますので、市ホームページにてご確認ください。保健センターまでお問い合わせください。
- ◆教室参加時はタオル・飲み物をお持ちの上、動きやすい服装・運動靴でお越しください。

行事	日時	場所	対象・定員	内容など	申込方法
ストレッチを 楽しもう!	5月10日(金) 10:00~	保健センター	18名	エアロビクスの要素を取り入れ、音楽に合わせて速いテンポで行うストレッチ	4月15日(月)以降、電話または窓口(先着順、4月に参加されるかは申込できません)
体力測定	5月16日(木) ①9:30~ ②10:30~	総合福祉センター2階 多目的室	各時間帯 20名	・バランス能力、瞬発力、柔軟性、下肢筋力、持久力の測定を行い、体力年齢が分かります。 ・結果は後日郵送します。	電話または窓口(時間予約制、先着順)
ウォーキング 教室	5月13日(月) 13:00~	保健センター 集合	20歳以上	・ストレッチ体操、ニ上山ふるさと公園までのウォーキング ・雨天時は総合体育館2階走行デッキをウォーキング(上靴をお持ちください) 主催:香芝市健康運動普及推進員協議会	申込不要 (直接お越しください)
健康体操 教室	5月20日(月) 6月17日(月) 10:00~11:30	総合福祉センター2階 多目的室	20歳以上	手軽に始められる簡単な体操 主催:香芝市健康運動普及推進員協議会	申込不要 (直接お越しください)

心の健康相談室 休日相談 ~1人で悩まず相談してみませんか~



*平日利用が困難な成人のかたを対象に、心の健康相談室休日相談を実施します

日時	場所	定員	その他	申込方法
5月25日(土) ①13:00~14:30 ②14:45~16:15	保健センター3階 心の健康相談室	各時間帯 2名	臨床心理士・公認心理師によるカウンセリング 【料金】2,000円(生活保護世帯、障害者手帳(身体・療育・精神)をお持ちのかたは無料)	電話(43-5586) または窓口 (先着順)

予防接種法の一部改正・産婦健診の補助開始(令和6年4月1日~)



定期接種の使用ワクチン・対象年齢が変わります!

①5種混合(ジフテリア・百日せき・ポリオ・破傷風・ヒブ)ワクチン

	改正前	改正後
定期接種としての使用ワクチン	4種混合(ジフテリア・百日せき・ポリオ・破傷風)及びヒブ	5種混合(ジフテリア・百日せき・ポリオ・破傷風・ヒブ)

*4種混合及びヒブでも接種できますが、原則全回同じ種類のワクチンで接種してください

②小児用肺炎球菌ワクチン

	改正前	改正後
定期接種としての使用ワクチン	13価(PCV13)	・13価(PCV13) ・15価(PCV15)

③高齢者肺炎球菌ワクチン

	改正前	改正後
接種対象年齢	当該年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる過去未接種のかた	65歳で過去未接種のかた

産婦健診の費用を補助します!

妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない支援体制を整備することを目的に、産婦健診費用の補助が始まりました。

出産後間もない時期は、心身ともに体調を崩しやすいので、ぜひ受診しましょう。

◆対象者

令和6年4月1日以降に出産されたかた

◆回数・補助額

産後2回分(おおよそ産後2週間、1か月)の産婦健康診査、1回あたり上限5,000円

*3月31日までに妊娠届を提出し、4月1日時点で未出産のかたには、受診券を郵送します。また、4月1日以降は妊娠届出時に受診券を配布しています

詳しくはこちら ⇒

小児
ワクチン



高齢者
ワクチン



歯ぴか教室や離乳食教室、プレママ教室など、保健センターの年間行事予定はこちら ⇒

