

冬場に向けた基本的な感染防止対策を今一度確認し、徹底しましょう。

新型コロナウイルス ワクチン接種



現時点での新型コロナウイルス特例臨時接種の実施期間(全対象者)が令和5年3月31日までです。(※変更になる可能性があります)接種を希望される方は、お早めにWEB予約または電話予約をお願いします。

※この記事は、12月16日までの情報で作成しています。

オミクロン株対応2価ワクチン接種について

- **対象者**：2回目接種を終え3か月以上経過した12歳以上の全ての人
1人1回の接種になります。
- **集団接種会場**：コスモス保健センター
接種日時 ▶ 1月13日(土)(18時～) 1月22日(土)、28日(土)(13時～)
- **個別接種会場および日程**：各医療機関で曜日および時間が異なります
▶ 医) たくまクリニック(12歳以上) (火・水)(15時～16時半)
▶ 医) 赤池協同医院(18歳以上) (月・火)(11時～11時半) (水)(15時～15時半)
▶ 福智町立方城診療所(12歳以上) (火)(15時半～16時)

乳幼児(6か月から4歳)の接種について

- **接種回数**：3回(1回目接種後3週間あけて2回目を打つ、2回目接種後8週間あけて3回目を打つ)
- **接種会場**：福智町立方城診療所
1回目接種日時 ▶ 1月12日(水)、26日(水)(17時半～) ※接種の15分前から受付開始
※2回目の接種は、3週間後の同じ時間に自動的に予約されます。
※3回目の接種券は、2回目の接種後に郵送します。

小児(5歳から11歳)の接種について

- **接種会場**：福智町立方城診療所
1回目接種日時 ▶ 1月12日(水)、26日(水)(17時半～) ※接種の15分前から受付開始
※2回目の接種は、3週間後の同じ時間に自動的に予約されます。

従来株対応ワクチン(12歳以上の1・2回目接種希望者)の接種について

- **集団接種会場**：コスモス保健センター
1回目接種日時 ▶ 1月13日(土)、2月3日(土)、24日(土)(18時～)
※2回目の接種は、3週間後の同じ時間に自動的に予約されます。

上記全ての予約方法はこちら(Web予約および電話予約)

- 2回目接種のみの予約は、電話でのお申込みになります。Web予約はご利用できません。
- ▶ **Web予約(24時間対応)**
※当日の予約はできません。
<https://vaccines.sciseed.jp/fukuchi>
 - ▶ **電話予約(平日8時半～17時まで)**
福智町コールセンター
☎ 0570-090-979



冬場に向けた感染防止対策について

今年は、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行が懸念されております。発熱などの体調不良時にそなえて、新型コロナ抗原定性検査キットや解熱鎮痛剤などの準備をしましょう。新型コロナ抗原定性検査キットは、「研究用」ではなく国が承認した「体外診断用医薬品」もしくは「第一類医薬品」を使用してください。基本的な感染防止対策の徹底として、必要な場面でのマスク着用、手洗い等の手指衛生、三密の回避などの基本的な感染防止対策の徹底をお願いします。特に寒くなると換気が不十分になりがちのため、定期的に窓を開けるなど十分な換気を心がけてください。

適度な運動で健康な身体づくり!

運動教室

Fitness

申込・問合せはこちらへ
高齢障がい福祉課
☎ 22-7762

積極的に体を動かそう!



介 護が必要な状態にならないよう、元

気なうちから心身の健康を保つことが大切です。運動教室や地域の活動に参加するなど積極的に介護予防に取り組み、健康寿命を伸ばしましょう。どのように運動すればよいか分からない方は、運動教室に通うことがおすすめです!

福智町では、体と心の健康維持のために、5つの運動教室を開催しています。20歳から参加できる教室もあり、老若男女全ての方を大歓迎。運動教室で楽しく汗を流しながら、健康な身体づくりに励みませんか。

5つの運動教室を紹介

- ▶ 対象年齢に該当する町民の人は、どの教室でも利用可能です。ただし、参加できるのは1人1教室のみ。町のコスモス体操教室に参加している人は申し込み不可です。
- ▶ 定員がありますので申し込みはお早めをお願いします。
- ▶ 料金は人数などにより、変更することがあります。また、病気治療中の人は、主治医に確認の上お申し込みください。

60歳以上 はつらつ運動教室



- 日 程 ▶ 毎週水曜日
- 時 間 ▶ 9:30～11:00
- 内 容 ▶ 軽い運動、ストレッチ等
- 料 金 ▶ 月1,000円
- 保険料 ▶ 年1,200円(64歳以下1,850円)
- 会 場 ▶ 方城分館

20歳以上 ステップクラブ



- 日 程 ▶ 月4回(金曜日)
- 時 間 ▶ 13:30～15:00
- 内 容 ▶ エアロビクス、ストレッチ等
- 料 金 ▶ 年2,500円
- 保険料 ▶ 年1,200円(64歳以下1,850円)
- 会 場 ▶ 赤池体育センター

20歳以上 コツ骨教室



- 日 程 ▶ 月4回(火曜日)
- 時 間 ▶ 13:30～15:00
- 内 容 ▶ ボールエクササイズ等
- 料 金 ▶ 月400円
- 保険料 ▶ 年1,200円(64歳以下1,850円)
- 会 場 ▶ 金田分館

20歳以上 健康づくり教室



- 日 程 ▶ 月2回(水曜日)
- 時 間 ▶ 19:20～20:50
- 内 容 ▶ 軽い筋トレ、有酸素運動等
- 料 金 ▶ 月1,000円
- 保険料 ▶ 年1,850円
- 会 場 ▶ 方城分館

65歳以上 いきいき体操クラブ



- 日 程 ▶ 月4回(火曜日)
- 時 間 ▶ 13:30～14:30
- 内 容 ▶ 軽いエアロビクス、ストレッチ等
- 料 金 ▶ 年3,800円
- 保険料 ▶ 年1,200円
- 会 場 ▶ 赤池体育センター

※健康づくり教室のみ申込先が健康子育て支援課になります。
☎ 28-9500

☎ コスモス保健センター ☎ 28-9500