

INFORMATION -おしらせ-

献血・献眼・献腎・骨髓・末梢血幹細胞の提供にご協力を！

田原市民まつりの会場で、献血、献眼・献腎の登録を行います。ぜひご協力をお願いします。



日付:10月29日(日)

時間:

- 献血** ①午前10時～正午
②午後1時30分～3時

骨髓バンク登録会

- ①午前10時～11時30分
②午後1時～2時30分

場所:田原市民まつり会場

►健康課 ☎23-3515

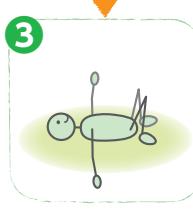
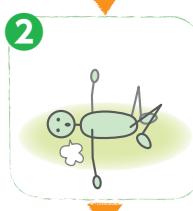
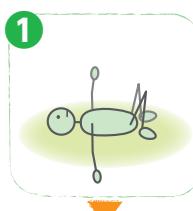


▲市HP

お手軽フィットネス

骨盤周辺の筋肉をほぐして腰痛解消！

骨盤のゆがみは、血流やリンパの流れを悪くしたり、腰痛などの原因になったりします。呼吸に合わせて、ゆっくりとインナーマッスル(深層筋)をほぐしましょう。



①両腕を広げて仰向けに寝る。足を軽く開いてひざを曲げ、かかとを足の付け根に寄せる。

②息を吸って、吐きながらゆっくり右足を内側に倒し、同時に顔は右側に向く。

③息を吸いながら、①の姿勢に戻す。

※②～③を10回程度行う。左足も同様に行い、左右それぞれ3セット行う。

スポーツ課 ☎23-3531

【新型コロナワクチン】 令和5年秋開始接種

6ヶ月以上で希望する方はオミクロン株(XBB.1.5)対応ワクチンの接種が可能です。



期間:令和6年3月30日(土)まで

費用:無料

対象:【65歳以上の方】接種券が郵送されます 【6ヶ月～64歳の方】案内が郵送されます。希望する方は接種券の申請をしてください。

予約:コールセンターまたは予約HPにて

接種場所:市内個別医療機関

※接種は強制ではありません。

感染症予防効果と副反応のリスクを考慮し、接種を検討してください。



▲市HP

高齢者インフルエンザ定期予防接種

対象者:①65歳以上の方 ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓などの機能に重度の障害がある方

期間:10月2日から令和6年1月31日の各医療機関の診療時間内

場所:市内指定医療機関

費用:自己負担額1,500円(生活保護世帯の方および令和5年度市民税非課税世帯の方は免除)

※条件を満たせば、市外・県内の医療機関でも接種が可能です。事前の申請が必要です(予診票の発行まで約2週間かかります)。



▲市HP

●休日当直医

※当直医は変更になる場合があります。最新情報は、市HPをご覧いただくな、市役所へ確認の上、受診してください。

►市役所 ☎22-1111(代表)

また、各当直医へ電話で受診方法を確認し受診してください。

月 日	当直医	電話番号
10月8日(日)	朽名医院	☎33-0162
	花井歯科医院	☎23-1661
10月9日(月・祝)	國見医院	☎22-0756
	小原歯科	☎25-1139
10月15日(日)	藤岡医院	☎32-1515
	清栄歯科クリニック	☎33-0657
10月22日(日)	第2国見医院	☎23-2302
	ヒラノ・デンタル・オフィス	☎22-6477
10月29日(日)	おかだクリニック	☎37-0001
	金田歯科医院	☎24-1800
11月3日(金・祝)	富永医院	☎23-1316
	ふくい眼科	☎22-5878
11月5日(日)	ふくしま歯科医院	☎37-1182
	川瀬医院	☎35-1511
	さんくろう歯科クリニック	☎33-1184

診療時間 医科 ●9:00～17:00／歯科 ●9:00～12:00

診療時間以外は 渥美病院 ●☎22-2131 にお問い合わせの上、受診してください