

INFORMATION -おしらせ-

献血・献眼・献腎・骨髄・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

骨髄バンク登録会

- 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

【新型コロナワクチン】令和5年秋開始接種

6カ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カ月～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)。

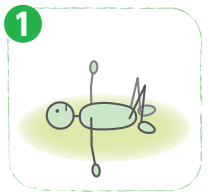


▲市HP

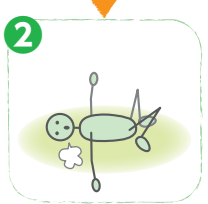
お手軽フィットネス

骨盤周辺の筋肉をほぐして腰痛解消!

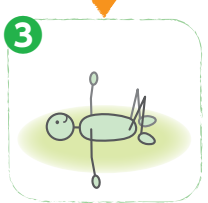
骨盤のゆがみは、血流やリンパの流れを悪くしたり、腰痛などの原因になります。呼吸に合わせて、ゆっくりとインナーマッスル(深層筋)をほぐしましょう。



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、同時に顔は右側を向く。



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

●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をご覧ください。どうか、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 内科●9:00～17:00/歯科●9:00～12:00

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