

新型インフルエンザ

ワクチン接種費用助成のご案内

生活保護世帯及び町民税非課税世帯の方に対しては、町から接種費用の全額を助成します。

助成金額

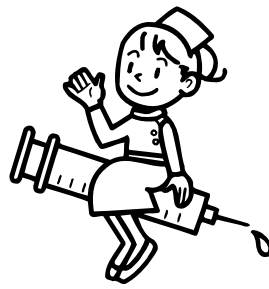
1回目 ...	3,600円
2回目 ...	2,550円

ただし、1回目と異なる医療機関で接種した場合は、2回目も3,600円となります。

助成を受けるには

該当される世帯の方で、ワクチンの接種を受けようとする場合は、事前に保健福祉課に申請して、「助成対象証明書」の交付を受けてください。

町が費用の代理受領について委託契約した医療機関で、「助成



対象証明書」を提出してワクチンの接種を受けた場合、費用は徴収されません。後日、町から当該医療機関に、かかった費用をお支払いいたします。

町が委託契約していない医療機関で接種する場合や、既に費用を負担して接種している場合は、接種後に保健福祉課へ助成の申請をしてください。後日振込となります。

申請の際は、医療機関が発行する「予防接種済証」と「領収書」の写しと振込先の口座番号のわかるものをご持参ください。

今年こそ、

健康づくり

チャレンジ！

今年こそは、『ダイエットに挑戦するぞー』『運動をはじめよう！』などと考えている方が多いかと思えます。

でも、お正月はおせち料理も美味しいし、ついつい食べすぎたり、飲みすぎたりすることが多いですよ。

そんな『つつい』してしまっ方でも、手軽にできる健康づくりを、ここで紹介します。

秘訣 1 健診を受けよう！

まずは、自分が健康かどうか、健診で確認しよう。特に、国保加入者の40代50代の男性の受診率が低く、将来、心筋梗塞、脳卒中や糖尿病が心配です。

秘訣 2 毎日、体重を測ってみよう！

毎日決まった時間（できれば朝！トイレ後か食事前）に測ってみま

しょう。変化がわかるようにグラフに記入すればなおGOOD！その日の「言い訳」も一緒に記入すると、さらに効果があります。

秘訣 3 町の健康相談に行ってみよう！

記入したグラフを持って、保健福祉課の保健師や栄養士とお話をしませんか？ダイエットの体験談など、何でもお話をお伺いします。

ちょっと試してみませんか！

