

健康づくりだより

令和6年5月16日発行

健康づくり課

☎229-3310 FAX 229-3346

保健センターでは、各年代を通して健康づくりができるように、健康相談や健康教室、電話相談を実施しています。お気軽にご利用ください。

保健センター名	問い合わせ	保健センター名	問い合わせ
中央	☎229-3164	安濃	☎268-5800
久居	☎255-8864	香良洲	☎292-4183
河芸	☎245-1212	一志	☎295-0112
芸濃	☎266-2520	白山	☎262-7294
美里	☎279-8128	美杉	☎272-8089

※香良洲・白山・美杉保健センターは、保健師が不在の時があります。

離乳食教室

	ところ (保健センター名)	とき (6月)	対象
離乳食教室 (初期)	芸濃	17日(月) 10:00~ 11:00	妊婦、離乳食開始前または開始したばかりの乳児の保護者
	一志	19日(水) 10:00~ 11:00	
離乳食教室 (中期)	中央	25日(火) 10:00~ 11:00	離乳食開始後1カ月頃からの乳児の保護者

内容 栄養士が離乳食の作り方の工夫やポイント、とりわけ食などについて紹介します。

定員 先着各15人程度 ※初めての人優先

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

申し込み 5月20日(月)から各保健センターへ

妊産婦教室

保健師による赤ちゃんとの暮らしについてのお話と図書館職員による子育て絵本の紹介を行います。

定員 先着15組程度

申し込み 5月20日(月)から同保健センターへ

教室名	ところ (保健センター名)	とき (6月)	対象
マタニティ 倶楽部	中央	19日(水) 10:00~ 12:00	妊婦とそのパートナー

公認心理師によるこころの健康相談

悩んでいる事や困っている事について、相談に応じます。衝動買いをやめられない、ストレス解消法を知りたいなどお気軽にご相談ください。

とき 6月11日(火)14時~、15時~

ところ 津リージョンプラザ第1会議室

対象 市内に在住の人

定員 先着各1人

申し込み 5月24日(金)から、申し込みフォームから



申し込み
フォーム

受診可能な医療機関のご案内

(24時間年中無休)

三重県救急医療情報センター
コールセンター ☎229-1199



医療ネットみえ

高齢者肺炎球菌ワクチン(23価)定期接種のお知らせ

高齢者肺炎球菌ワクチンの定期接種は、以下の方法で受けることができます。

対象 津市に住民登録があり、過去に1回も肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがない以下のいずれかに該当する人

①接種当日に65歳の人(66歳の誕生日の前日まで)

②接種当日に60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがあり、日常生活が極度に制限される人(かかりつけ医に要相談)

※定期接種対象者以外の65歳以上の人は、予防接種費用一部助成の制度があります。ただ

し、過去に1回でも肺炎球菌ワクチン(23価)を接種した人は対象外です。

自己負担額 2,500円 ※生活保護受給者は被保護証明書を医療機関へ提出すると無料

接種回数 1回

接種場所 県内の協力医療機関

接種時の持ち物 予診票、本人確認書類、健康手帳(予診票は対象①の人には誕生月の翌月に郵送します。対象②の人は医療機関で交付します)

※予診票や健康手帳の交付、制度に関する内容など詳しくは、健康づくり課または各保健センターへ