

新型コロナワクチン

接種を希望する方はお早めに

ワクチン接種は、自分だけでなくご家族や周りの方の命と健康を守るにつながります。早めの接種をご検討ください。
(7月1日現在、接種できる期間は9月30日までとなっています)

◆接種回数ごとの対象者と予約方法

接種回数	対象者	予約方法
4回目接種	3回目接種から5か月以上経過した ①60歳以上の方 または ②18～59歳で基礎疾患を有する方など ※1	接種券同封の案内に従って、 Webまたは電話で予約 ②の対象者の方は、 接種券発行のための申請が必要 ※2
3回目接種	2回目接種から5か月以上経過した 12歳以上の方	接種券同封の案内に従って、 Webまたは電話で予約
1・2回目接種	12歳以上の方	コールセンターに電話で予約 (Web予約はできません)
	5～11歳の方	Webまたは電話で予約

※1：基礎疾患の範囲は、市HPをご覧ください。
※2：「4回目接種券発行申請書」は、市HPからダウンロードいただくか、お問い合わせください。

4回目接種券の発行申請について

【提出方法】

健康センターはびふる内ワクチン接種本部まで直接持参、郵送、FAX (25-5398) またはメール (wakuchin@ton21.ne.jp) で提出

【申請に必要なもの】

- ▶ 4回目接種券発行申請書
- ▶ (転入・入国者の場合) 1・2・3回目接種済であることを証明できる書類 (接種済証、接種記録書、ワクチンパスポートなど)

接種は強制ではありません。
個人の判断に基づき受けていただくものです。
未接種の方への接種の強要、差別的扱いは
絶対に行わないようお願いします。



はびふる通信



食生活改善推進員 になりませんか

食生活改善推進員とは「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、食を通じた健康づくりを行うボランティア団体です。子どもから高齢者まで、幅広い年代の方の食育活動に取り組んでいます。現在敦賀市では、54人の推進員が活動しています。

伝承料理の普及



福井に伝わる伝承料理を作り、地域の方へ伝達する普及活動を行っています。

親子への食育



幼児期から健全な食生活を実践できるように親子を対象とした食育活動を行っています。

研修会



料理教室などの研修会を行い、会員同士で情報交換や勉強会を行っています。

高齢者への食育



健康寿命の延伸や生活の質を向上させるため、低栄養や骨粗しょう症予防の食育活動を行っています。

養成セミナー受講生を募集します

食生活改善推進員は食生活改善を中心とした健康づくりのための活動を行います。推進員には、半年間の養成セミナーを受講することでどなたでもなることができます。生活習慣病や食に関する知識を身につけ、自分自身はもちろん、家族や地域に健康づくりの輪を広げませんか。

食生活改善推進員養成セミナーのご案内

とき 9/13(火)、9/27(火)、10/6(木)、10/19(水)、11/10(木)、11/22(火)、12/7(水)、12/19(月)、1/13(金)、1/26(木)、2/8(水)、2/21(火) 【午前中 1回2時間程度】
ところ 健康センターはびふる **料金** 無料
対象 食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方
定員 8人 **申込み** 8/26(金)までに健康推進課へ電話にて申込み

※新型コロナウイルス感染症対策を行いながら実施します。感染状況によっては内容の変更や中止となる場合があります。



会員の声

- ▶ 希望の郷土料理の調理実習ができて楽しかったです!
- ▶ 活動を通じて、いろんな方との交流ができてやりがいがあります。
- ▶ 自分や家族の食生活を振り返る良いきっかけとなり、とても参考になっています。

問い合わせ先 健康推進課 ☎25-5311