

すこやかな毎日をサポートします

健康だより



申し込み・問い合わせ先
健康課 ☎55-6800 (平日8:30～17:15)



あさひ子育て応援ナビ

健康トピックス ～健康づくり～

新しい生活がスタートするこの時期に、健康習慣も取り入れてみませんか？ 1日の歩数は20～64歳のかたで8,000歩以上、65歳以上のかたで6,000歩以上が推奨されています。急激に運動量が増えたとけがにつながることもあるため、まずは今よりも少しでも多く体を動かすことを意識しましょう。健康課では、楽しみながら気軽に健康づくりが始められ、頑張った分だけ賞品がもらえる「健康ポイントプログラム2024」の参加者を募集しますので、ぜひご参加ください。



あさひ健康
マイスター
チャレンジ
対象事業

成人向けの事業

ところ:保健福祉センター

事業名	とき ①②どちらも下記のいずれか1日	対象者・定員(先着)	内容・申し込み方法
検査方法を リニューアルしました 4～6月の 脳の健康チェック あたまの元気まる ID 1601	①みっちりコース 4/19、5/17、6/7、6/21(金) ●前半/9:20～10:20 ●後半/10:30～11:30 ②サクッとコース 4/22、5/13、5/27、6/10、6/24(月) 9:20～11:20のうち20分程度 ※時間の詳細は、申込時に	40歳以上の要支援・要 介護認定を受けていな いかた 各①6人②12人	内容 VR(視線追跡)を用いた認知機能検査(検査所要時間5～10分)と結果説明。 ①は脳トレ・講話も実施 申し込み方法 電話で

高齢者等肺炎球菌予防接種 **ID 1742**

●公費接種対象期間 65歳になってから翌年の誕生日の前日まで

【事前に医療機関に予約して接種】

対象者	接種方法など
接種日に市内に住民登録のある次のいずれかに該当するかた ●65歳 ●60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害がある(身体障害者手帳1級程度)	●1回接種 ●65歳になった翌月上旬に案内はがきを送付 ● 持ち物 /案内はがき、保険証など本人確認できるもの、自己負担額 2,500円 ●公費助成(他市町村を含む)は、1人1回まで ●生活保護世帯で接種を希望するかたは、医療機関に予約する前に健康課で申請が必要

【尾張旭・瀬戸市以外の医療機関で接種を希望されるかたへ】

医療機関に**予約する前に健康課で申請**してください。接種に必要な書類を発行します。

带状疱疹ワクチン接種費用助成事業が始まります **ID 1742**

- 助成開始日 令和6年4月1日(助成は1人1回、下記ワクチンのどちらか一方のみ)
- 対象者 接種日に市内に住民登録がある50歳以上のかた(他市町村を含む公費助成を受けたことがない)
- 実施医療機関 尾張旭・瀬戸市の指定医療機関(指定医療機関以外で接種を希望する場合は、償還払い制度で対応しますので、事前にお問い合わせください)

対象ワクチン・接種回数	不活化ワクチン(シングリックス)・2回	生ワクチン(ビケン)・1回
助成額	1回当たり上限1万円	上限4千円(1回のみ)
助成の流れ	①医療機関に予約 ②助成申請書(医療機関か市ホームページで)を医療機関に提出し、接種を受ける ③助成額を引いた金額を医療機関窓口で支払う	

新型コロナワクチンの特例臨時接種が令和6年3月31日に終了 ID 19152

新型コロナワクチン接種は、特例臨時接種から定期接種に変更しました。定期接種の対象者などは、以下の表をご覧ください。最新情報は、ホームページで

対象者	● 65歳以上 ● 60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害がある(身体障害者手帳1級程度)
接種時期	秋冬頃年1回
自己負担	あり

8020(はちまるにいまる)運動達成者募集

市では、80歳になっても自分の歯を20本以上保っているかたを表彰しています。

対象者 以下の全てに該当するかた

- 令和7年3月31日時点で80歳以上(昭和20年3月31日以前生まれ)
- 自分の歯が20本以上ある ● 過去に表彰されていない

応募方法 4/1(月)～5/31(金)に下記の市内指定歯科医院で応募のための健診(無料。要電話予約)を受診



<指定歯科医院一覧> 五十音順

アイエスデンタルケア	あさい歯科医院	あさひ大沢歯科	犬飼歯科
いんば歯科医院	うりすクリニック	えぼっく歯科	エムブランデンタル
おおぞら歯科・口腔外科	おがわ歯科医院	オリオン歯科	尾張旭歯科クリニック
かに歯科医院	きたやま歯科クリニック	コザコ歯科医院	小島歯科
柴田歯科医院	しばた歯科・矯正歯科	しろまえ歯科	ずいほう歯科
すがわ歯科	高橋歯科医院	谷口歯科クリニック	月村歯科クリニック
壺井歯科	てらお歯科クリニック	てるてる歯科	どんぐり歯科診療所
ナガイ歯科	長澤歯科	にしお歯科こども歯科	はやし歯科
はるおか歯科	日比野歯科クリニック	ひまわり歯科クリニック	ひらこ歯科
本地ヶ原歯科	ますい歯科	松原歯科医院	芽吹ファミリー歯科
山田歯科医院			

楽しみながら健康習慣を
手に入れよう!

健康ポイントプログラム 2024 参加者募集



ID 28322

健康ポイントプログラムとは

日々のウォーキングや、市が指定する健康づくりに関する教室やイベントに参加することでポイントをため、ためたポイントを賞品に交換できる事業。楽しみながら参加することで、健康習慣に変化することを目指します。

歩いて 測って
参加して
ポイントを獲得!

たまったポイントを
最大**4,000円分**
の賞品に交換!
(電子マネーポイントやQUOカード)

ポイントのため方

スマホの歩数計アプリや活動量計を活用



歩数計アプリ

活動量計



実施期間 6/14(金)～7.1/31(金)

対象者 市内在住・在勤の18歳以上のかた(高校生・昨年度参加者を除く)

定員 300人(先着) **費用** 500円

申し込み方法 4/15(月)～4/30(火)に右記二次元コードからか直接

