

健康づくり関係行事

【健康づくりセミナー】

月日	内容
7月21日(火)	フレイル予防 講師: 四国学院大学社会学部 片山 昭彦 氏
8月19日(水)	生活習慣病リスクセミナー・血管年齢測定 講師: 日本生命保険相互株式会社
9月3日(木)	聞こえのフレイルと難聴について 講師: 嶋田耳鼻咽喉科医院 嶋田 高明 氏
10月15日(木)	老年期のうつ予防と認知症の早期発見 講師: 愛媛大学大学院 精神神経科学講座 伊賀 淳一 氏
11月11日(水)	ハザードマップの見方、避難所での生活について 講師: 多度津町総務課危機管理係
12月 (日時未定)	骨粗しょう症の予防について 講師: 理学療法士
令和9年 1月19日(火)	健診のススメ～検査値から分かること～ 講師: 多度津町保健師
2月 (日時未定)	心臓病について 講師: 四国こどもとおとなの医療センター 看護師
3月24日(水)	ききダン選手権～上手な塩分摂取について～ 講師: 多度津町管理栄養士
時間: 13時30分～15時 場所: 地域交流センター	

【若返り運動教室(ノルディックウォーキング)】

月日	内容
4月10日(金)・22日(水)	ノルディックウォーキングについてインストラクターが直接指導を行います。子育て世代の運動不足解消、高齢者の健康づくり、骨粗しょう症予防、筋力アップ等に効果的です。
※5月15日(金)・27日(水)	
6月12日(金)・24日(水)	場所: 町内・町外のウォーキングコース(雨天時は、室内で健康体操等を行います。)
10月7日(水)・※23日(金)	
11月13日(金)・27日(金)	時間: 9時～12時 (準備運動やウォーキング会場までの移動を含めた時間です。ウォーキング等の時間は1時間半程度。)
12月9日(水)・25日(金)	
令和9年 3月10日(水)・26日(金)	集合場所: 地域交流センター ※5/15・10/23は 町民健康センター集合



みんなで体を動かそう!



【健康相談】 血圧測定・検尿・体脂肪測定・塩分濃度測定等、個別に健康栄養相談を行います。

地区	場所	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
白方	白方地区公民館	13時30分～15時	3	1	5	3	7	4	2	6	4	8	5	5
豊原	豊原農村婦人の家		10	8	12	10	21	11	9	13	11	15	12	12
多度津	地域交流センター		17	15	19	17	21	18	16	20	18	22	19	19
四箇	四箇地区公民館		24	22	26	24	28	25	23	27	25	29	26	26

高見	いこいの家	14時30分～	5/11	9/7	11/9
佐柳	本浦	10時～11時30分	5/26	9/29	11/5
	長崎	13時～14時30分			



高齢者予防接種

	期間	場所	内容	自己負担金	対象者
インフルエンザ	10～3月	指定医療機関	標準量インフルエンザHAワクチン 1回	1,200円	満65歳以上の町民 満60歳以上65歳未満の特定該当者 ※高用量インフルエンザHAワクチンは75歳以上の町民
			高用量インフルエンザHAワクチン 1回	未定	
新型コロナ	10～3月		新型コロナワクチン 1回	4,600円	
肺炎球菌	通年		肺炎球菌ワクチン 1回	3,500円	満65歳の町民
带状疱疹	通年		組換えワクチン 2回	6,600円/回	令和8年度において、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の町民 満60歳以上65歳未満の特定該当者
		生ワクチン 1回	2,600円		

※健康カレンダーに掲載している検診および行事の実施内容は変更する可能性があります。詳細につきましては、広報誌等でご確認くださいませよう、お願いいたします。

《お申し込み・お問合せ先》

多度津町健康福祉課 健康増進係

多度津町栄町三丁目3番95号

☎0877-33-1134