

④ 1月21日(水)14:00~15:30  
場徳島市医師会館(幸町3)  
申電話で地域包括支援センター  
(0120-24-6423)へ  
問健康長寿課(621-5574  
FAX655-6560)

## 健 康

### 高齢者への予防接種

重症化を防ぐため、各種予防接種を実施しています。

#### ◆インフルエンザ予防接種

④ 1月15日(木)まで￥1,600円(生活保護世帯は免除)

#### ◆新型コロナワクチン予防接種

④ 3月31日(火)まで￥4,000円(生活保護世帯は免除)



対象となる人(昭和35年10月1日以前生まれ)には、9月末に予診票を送付しています。昭和35年10月2日~昭和36年1月15日(コロナワクチンは昭和36年3月31日)生まれの人は、誕生日以降に随時、送付します。なお、60~64歳で心臓・腎臓・呼吸器などに重い病気のある人も対象となる場合があります。接種前に健康長寿課へお問い合わせください。

問健康長寿課(621-5523  
FAX655-6560)

### 青空健康ウォーキング

実践を交えて、ウォーキングの習慣と正しい知識を身につけませんか。雨天の場合は9:00に中止を決定、順延はなし※申し込み不要。

コース	開催月	開催日	開催場所
火曜日コース	1月	6・13・20・27日	徳島中央公園 (とくぎん トモニアリーナ東側 広場集合)
	2月	10・17・24日	
	3月	3・10・17日	
木曜日コース	1月	8・15・22・29日	ワークスタッフ 徳島市陸上競技場 (正面入り口集合)
	2月	12・19・26日	
	3月	5・12・26日	

※時間は各日10:00~11:30。

対医師から制限を受けていない市民  
問徳島市体育振興公社(654-5188)、健康長寿課(621-5521 FAX655-6560)

### 20・30歳代の健康チェック

健診を受ける機会のない、20~39歳の市民を対象に、骨密度測定などの

