

骨密度測定

- 内** 前腕部のX線照射による骨密度測定
場 保健センター
対 20歳以上の町民
費 500円（生活保護の方は無料）
申・問 9月9日(月)から、窓口または健康増進課
 （保健センター）☎720-5000へ
 ※妊娠中および妊娠の可能性のある方、昨年度に
 同一の測定をした方はご遠慮ください。
 ※今年度の骨粗しょう症検診の対象となる方は、
 骨粗しょう症検診の受診をご検討ください。

実施日	受付時間		定員
10月2日(水)	① 9時～9時30分	② 9時30分～10時	各15名
	③ 10時～10時30分	④ 10時30分～11時	
	⑤ 11時～11時30分	⑥ 11時30分～12時	
	⑦ 13時～13時30分	⑧ 13時30分～14時	
	⑨ 14時～14時30分	⑩ 14時30分～15時	
	⑪ 15時～15時30分	⑫ 15時30分～16時	

健康ウォーキング教室

総合センターを発着点とした町内のコースを歩き、ウォーキングの楽しさ・手軽さを体験しましょう。
 正しい靴の履き方や効果的なウォーキングに関する講義、実地ウォーキングを開催します。

日時	コース	定員
①10月10日(木) 9時～12時	日本薬科大学コース（約4km・学内見学あり）	各20名
②10月17日(木) 終了予定	バラ園コース（約7km）	(先着順)

- ※①②どちらかをお申し込みください。
 ※集合場所は、両日とも総合センター2階多目的ホール（9時～9時10分受付）
 ※小雨決行。荒天の場合は、多目的ホールでウォーキング講座を実施します。
対 町内在住の方
持 タオル、飲み物
 ※動きやすい服装・靴でお越しください。
申・問 9月10日(火)から、窓口または健康増進課（保健センター）☎720-5000へ



「いきいき脳力教室」～自分らしい生活を送るために～

問 いきいき長寿課☎2123

参加者募集

- 「最近、物忘れが気になりはじめた」「人と話す機会が減った」「外に出るのがおっくうになった」、そんな経験はありませんか？
 外に出て、会話を楽しみながら脳を活性化させ、認知症を予防する教室を開講します。簡単な読み書き計算などの教材を使用した1回30分の教室です。
 個人のペースに合わせて計算や音読をテンポよく行います。楽しく脳を鍛えましょう。
日 10月21日・28日、11月18日・25日、12月2日・16日・23日、令和7年1月6日・20日・27日、2月3日・17日の各月曜日①13時30分～14時②14時30分～15時（全12回）
 ※初回は①13時30分～14時30分②14時45分～15時45分
場 ゆめくる2階会議室
対 おおむね65歳以上の町内在住の方で、自分で来所できる方
定 ①②ともに10名程度
申 10月3日(木)までに、いきいき長寿課窓口または電話

サポーター募集

- 脳の活性化につながる簡単な計算や音読などをしながら高齢者が交流する教室です。一緒に楽しみながらお手伝いしていただける方を募集します。（事前研修あり）
日 10月21日・28日、11月18日・25日、12月2日・16日・23日、令和7年1月6日・20日・27日、2月3日・17日の各月曜日13時～16時（全12回）
 ※10月7日(月)13時～16時に事前研修があります。
場 ゆめくる2階会議室
対 ・サポーター活動ができる元気な町民で高齢者の心身の健康増進に理解のある方
 ・週に1回3時間程度、サポーター活動が可能な方
定 8名程度（先着順）
 ※ローテーションで1回5名程度の参加になります。
謝礼 ▶1回1,000円（町共通お買物券）
申 10月3日(木)までに、いきいき長寿課窓口または電話

引き続き熱中症を 予防しましょう

熱中症は、夏場だけでなく秋に差しかかる9月にも注意すべきと言われています。

9月は最高気温が月末に向けて次第に下がる傾向ですが、秋分のところまでは30℃以上の真夏日となる場合があります。水分補給などを行い、熱中症を予防しましょう。

また、朝晩の寒暖差が激しく、夏の疲れが出やすい時期ですので、体調管理に注意しましょう。

新たに次の場所が、**町内クーリングシェルター指定施設に追加されました。**

●**けんかつ（県民活動総合センター）**
※詳しくは、町ホームページをご覧ください。



骨粗しょう症検診

11月30日(土)まで実施中

☑ 町に住民登録があり、令和7年3月31日現在の年齢が、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性の方

※勤務先で受診機会のある方、妊娠中および妊娠の可能性のある方、骨粗しょう症の治療中または治療予定のある方を除く。

※過去1年以内に医療機関で骨粗しょう症検診、骨密度測定を受診したことがある方を除く。

受診方法▶申込後に送付される受診券を受領後、受診券に記載のある検診実施医療機関に予約をしてから受診してください。

費 500円（生活保護の方は無料）

申 11月15日(金)までに、窓口または電話
詳しくは、『広報いな』7月号をご覧ください。



新型コロナウイルスワクチン定期接種

接種期間▶10月1日(火)～令和7年1月31日(金)

☑ ●65歳以上の方
●60歳～64歳で下記に該当する方
・心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの日常生活がほとんど不可能な方
・ヒト免疫不全ウイルス（H I V）による免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

※令和5年度以前に町から送付した接種券は、使用できません。また、今年度から接種券を送付しませんので、ご注意ください。

※定期接種対象者以外の方は、任意接種として自費で接種をすることができます。

自己負担額▶3,300円（生活保護の方は無料）

町内医療機関一覧

医療機関（50音順）	電話番号
伊奈e n tクリニック	724-1133
伊奈中央病院	721-3022
今成医院	723-8280
内田クリニック	728-9296
おおつ消化器・呼吸器内科クリニック	748-5522
尾崎内科クリニック	720-1701
金崎内科医院	728-8550
木村クリニック	723-8884
のぞみリハビリテーション病院	723-0855
みなみのメディカルクリニック	720-0033
みやうち内科・消化器内科クリニック	783-3751
世沢整形外科	723-9191

