

# 保健センターだより

令和4年5月発行

第70号

編集と発行  
白河市中央保健センター（健康増進課）

〒961-0054 白河市北中川原 313  
電話 0248-27-2112 FAX0248-24-5525

【市ホームページ】  
<http://www.city.shirakawa.fukushima.jp/>  
【電子メール】  
kenkozoshin@city.shirakawa.fukushima.jp

## ◇新型コロナワクチン追加接種（3回目）及び小児接種の集団接種終了について

令和4年1月から12歳以上を対象とした追加接種（3回目）及び3月から5歳から11歳を対象とした小児ワクチンの集団接種を実施してきましたが、希望者への接種が概ね完了したため、国体記念体育館における集団接種を5月下旬で終了いたします。

今後、追加接種及び小児ワクチン接種を希望される場合は、コロナワクチン接種の実施医療機関に予約し、接種を受けてください。実施医療機関は市ホームページに掲載しています。

12歳以上の方の追加接種実施医療機関

5～11歳の方の小児ワクチン接種実施医療機関



## ◇4回目の接種について

令和4年5月下旬から3回目の接種後5か月以上経過した①60歳以上の方②18歳以上で基礎疾患を有する方、医師が接種を勧める方を対象に4回目の新型コロナワクチン接種を開始します。

現在、基礎疾患の有無を確認するため、59歳以下の市民の方に調査票を送付させていただいておりますので、お手数ですが期限までに回答くださるようご協力のほど、よろしくお願いいたします。

接種対象となる方には、4回目接種に必要な接種券のほか、接種日時に関するお知らせをお送りします。

### 【お問い合わせ先】

新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120-567-343

対応時間 午前9時～午後5時 ※平日のみ

## ～市民健診(総合健診)のお知らせ～

★白河市健康ポイント事業

500ポイント★

総合健診(生活習慣病予防健診、胃がん、結核・肺がん、大腸がん検診等)と個別健診が6月1日(水)から始まります。

総合健診は、全て完全予約制となります。5月10日(火)より予約を開始しておりますので、必ず事前に予約をお願いします。

令和3年度総合健診を受診した方は、予め受診日を指定した健診セットを5月上旬にお送りしており、指定された受診日で受診を希望される場合は予約不要です。

個別健診は、実施医療機関に直接予約をしてください。健診の種類により期間、予約受付開始日及び自己負担が異なりますのでご注意ください。詳しくは、各世帯に配布しました「令和4年度市民健診のお知らせ(保存版)」をご覧ください。

生活習慣病の多くは、自覚症状がないまま悪化します。1年に1回は健診を受け、自身の健康状態を把握することが健康への第一歩です。

### 【お問い合わせ先】

健康増進課(中央保健センター) 電話27-2112/27-2150

令和4年度心の健康づくり講演会 参加者募集のお知らせ

「健康でイキイキと過ごすため

～睡眠の不思議・睡眠とこころの関係

新型コロナウイルス感染症流行に伴うストレスや不安、外出自粛により、睡眠に様々な変化が生じています。睡眠は心身の健康、生活の質に影響を与えます。よい眠りのコツを知り、心と体の健康づくりをしましょう。

●日時 6月20日(月) 10:00~11:30 (受付 9:30~)

●講師 公益財団法人神経研究所 睡眠健康推進機構  
機構長 大川匡子 先生

●会場 白河市中央保健センター

●定員 40名 (先着順)

●申込方法 お電話でお申し込みください。健康増進課 ☎27-2114



白河市健康ポイント事業 参加者募集！！



昨年度から開始した、「健康ポイント事業」をご存じですか？

日々のウォーキングや健康診査の受診、健康スポットでの測定、指定のイベントへの参加などで健康ポイントが貯まります！

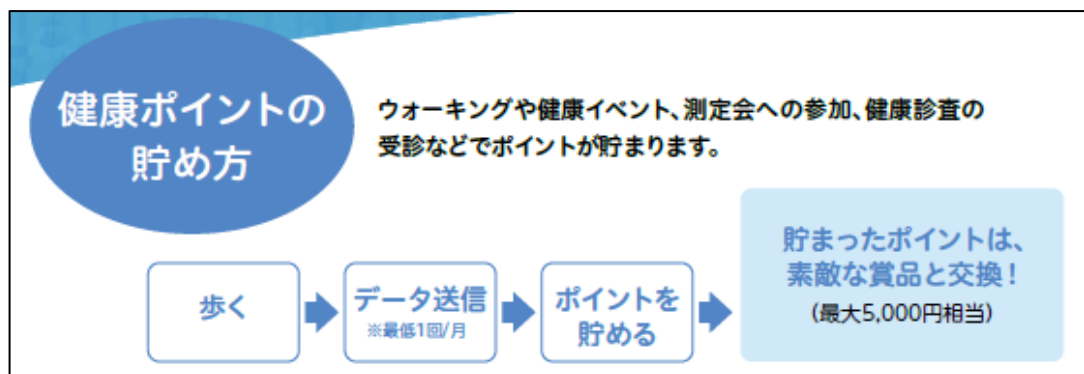
貯まったポイントは最大5,000円分の賞品（QUOカードや楽天ポイント等）と交換できます。

【参加方法】活動量計またはスマートフォンへアプリによる参加

【申込方法】全戸配布したチラシに添付されている申込用紙を担当窓口へ提出、または専用のWEBページから手続きできます。

(アプリで参加希望の方は、必ずWEBページからお申し込みください。)

その他詳しくは、市ホームページやチラシをご確認ください。



白河市健康ポイント事業  
参加申込 白河市健康ポイント事業  
申込用紙をダウンロード  
↑  
申込みはこちら

【お問い合わせ先】

健康増進課成人健康係 電話 27-2114