

# 『見つけよう! 心と体の健康法』

市保健センター  
TEL 32・3551  
FAX 32・4145

**場所** 市保健センター・ミリカホール

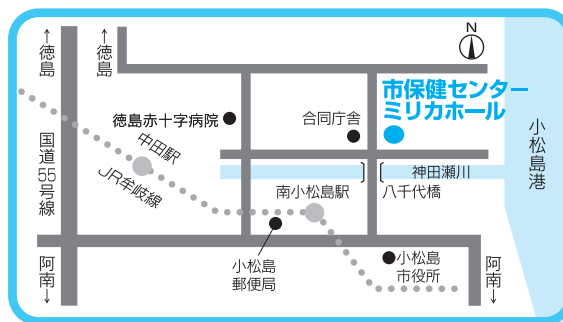
## コーナーイベント

- ◇ 血糖測定・血糖ミニ講座
- ◇ 血管年齢チェック
- ◇ 血圧・減塩コーナー
- ◇ 協会けんぽによる  
健康チェックコーナー  
(体脂肪・内臓脂肪・筋肉レベル測定・  
肺活量測定)
- ◇ 試食コーナー (先着250食限定)
- ◇ 徳島赤十字病院医師による医療相談
- ◇ 保健師相談・栄養士相談
- ◇ 小松島市勝浦郡歯科医師会による  
・ 歯ブラシソムリエ (歯みがき指導)  
・ 歯周病検診

市民一人ひとりが健康で心健やかに生活できる明るいまちづくりを目的に、今年も健康づくりのつどいを開催します。

今回は、遙洋子さんによる講演会や参加者が健康づくりの楽しさを実感できる健康づくり体験など、多彩なイベントをご用意しておりますので、皆様お誘い合わせのうえ是非ご来場ください♪

**参加  
無料**



■ 消費者協会展や行政相談所もあります!

## インフルエンザの

### 予防接種はお早めに!

高齢者がインフルエンザに感染すると、気管支炎や肺炎などを合併し重症化することがあります。予防には予防接種が有効といわれています。予防接種による効果が出現するまでに、2週間程度かかりますので、12月中旬までに接種しましょう。



### インフルエンザ予防接種費用を助成

対象者には接種費用を助成します。ご希望の方は、医療機関に必ず電話予約をして、早めに接種しましょう。

【費用助成対象者】※小松島市に住民票のある方

① 65歳以上の方

② 60歳以上 65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方

【実施期間】平成26年1月31日(金)まで

【料 金】1,800円(自己負担額)

※費用助成対象者で生活保護世帯の方は無料です。