

踊って燃やそう、そのお腹

メタボにさよなら。プロが教える運動講座

●申し込み・問い合わせ先 健康ほけん課 健康づくり班 ☎096-248-1275

「最近、お腹まわりが気になる」…そんな人におすすめの減量のきっかけとなる講座です。楽しく踊って理想の体づくりを始めませんか。

先生の動きに合わせるだけ
リズムにのって脂肪を撃退

ズンバ講座

託児付き



▶内 容 ラテン系音楽とダンスを融合させたダンス
エクササイズです

▶と き 12月6日(日) 午前10時～11時30分

▶と ころ 総合センター「ヴィーブル」 サブアリーナ

▶対 象 者 30～50代の市民(年度末年齢)
※医師から運動制限の指示がない人

▶定 員 20人

▶参 加 費 無料

▶準 備 物 室内運動靴、飲み物、タオル、筆記用具

▶申込方法 電話または
申し込みフォーム



▲申し込みフォーム

▶申込期限 10月30日(金)

※無料で託児を利用できます

市LINE公式アカウント

受信設定をお願いします

●問い合わせ先 企画課 企画広報班 ☎096-248-1813

受信設定をしないと情報が届きません

市LINE公式アカウントでは、健康、子育て、イベントなど、受け取りたい情報の分野を選ぶ『受信設定』を行なうようお願いしています。まだ『受信設定』をしていない人は、必ず設定をお願いします。

受信設定の方法

▶新たに友だち追加する人

二次元コードを読み込んで追加した後、『受信設定』をタップ

▶すでに友だち追加している人

画面下のボタンの中から右下の『受信設定』をタップ



▲市公式LINE

※災害時の緊急情報、広報こうし発行など、広く知っていただきたい情報は、受信設定にかかわらず利用者(友だち)全員に一斉配信します



10月1日は浄化槽の日

浄化槽の法定検査を受けましょう

●問い合わせ先 環境衛生課 ☎096-248-1202
公益社団法人熊本県浄化槽協会 ☎096-284-3355

浄化槽管理(設置)者には、浄化槽法で①保守点検②清掃③法定検査が義務付けられています。

保守点検は機器の点検・調整・修理や消毒剤の補給を、清掃は浄化槽内に溜まった汚泥などの引き抜きや機器類の洗浄を行なうものです。

また、公益社団法人熊本県浄化槽協会が行なう法定検査では、浄化槽の維持管理や保守点検および清掃がきちんと行なわれているかを確認します。

保守点検や清掃を行なっても、法定検査は法令により義務付けられていますので次の表に従って必ず検査を受けてください。

検査名	対象	回数
7条検査 (浄化槽設置後の水質検査)	新たに浄化槽を設置した人	設置後3～8カ月以内に1回のみ検査が必要
11条検査 (定期検査)	浄化槽を設置している人	毎年1回の検査が必要

また、浄化槽管理者(設置者)が変更になったときは届け出が必要です。詳しくは環境衛生課までお尋ねください。

10月から定期接種が始まります

インフルエンザ・新型コロナ予防接種

●問い合わせ先 健康ほけん課 健康づくり班 ☎096-248-1275



▲市ホームページ
(インフルエンザ)



▲市ホームページ
(新型コロナ)

▶接種期間・接種料金

接種日時時点で本市に住民票がある人が対象です。

医療機関の休診日などにより、接種日が異なる場合があります。事前に医療機関にご確認ください。

インフルエンザ

10月1日(木)～12月末日

定期接種

年齢 (接種時点)	接種費用	市助成額	自己負担額 ^{※1}
65歳以上 ^{※2}	4,387円	2,987円	1,400円

任意接種^{※3}

年齢 (接種時点)	接種費用	市助成額	自己負担額 ^{※1}
生後6カ月～65歳未満 ^{※4}	4,387円	2,487円	1,900円/回
2歳～13歳未満 (経鼻弱毒生ワクチン)	9,300円	5,300円	4,000円

▶必要なもの

- ・マイナンバーカード、運転免許証、資格確認書などの住所が確認できるもの
- ・母子健康手帳(13歳未満の人は、必ずお持ちください)



▶市内委託医療機関

地区	医療機関	インフルエンザ (標準量)	インフルエンザ (経鼻弱毒生)	新型コロナ	☎	地区	医療機関	インフルエンザ (標準量)	インフルエンザ (経鼻弱毒生)	新型コロナ	☎
合生	庄嶋医院	○	×	○	242-3388	幾久富	緒方整形外科医院	○	×	○	248-8181
	穂つぷこども在宅&心身クリニック	○	○	×	247-6528		温耳鼻咽喉科医院	○	×	×	248-6188
須屋	あおい在宅診療所	○	○	○	342-8888		たかしまこどもクリニック	○	○	×	248-5800
	柴田整形外科	○	×	○	346-5500		ちとせ循環器内科	○	○	○	273-7227
野々島	まつもとこどもクリニック	○	○	×	338-8960		ひかりヶ丘眼科・内科医院	○	×	○	348-6305
	いけざわこどもクリニック	○	○	×	242-6633		平瀬内科医院	○	×	○	248-5227
御代志	合志第一病院	○	×	○	242-2745		むさし眼科クリニック	○	×	○	248-6390
	平山内科クリニック	○	×	○	273-6104	竹迫	山岡胃腸科内科	○	×	○	248-9001
	森本整形外科医院	○	○	○	242-2231		大森医院	○	×	○	248-0003
栄	みやがわ内科・糖尿病内科	○	○	○	248-2155		くまもと免疫統合医療クリニック	○	×	○	277-1205
豊岡	岩本整形外科	○	×	×	223-8899		合志渡邊内科クリニック	○	×	○	285-9720
	Leeこどもクリニック	○	○	×	215-5980						

- ・定期接種の人で、委託医療機関以外で接種する場合は事前に手続きが必要です。
健康ほけん課・西合志総合窓口(御代志市民センター)・須屋支所・泉ヶ丘支所のどちらかにお越しく下さい。
- ・市内委託医療機関以外に、菊池市、菊陽町、大津町にも委託医療機関があります。

その他詳しい要件などは、市ホームページを確認するか問い合わせ先へお尋ねください。