

# ウォーキングしてポイントをゲット!

## 埼玉県コバトン健康マイレージ

### 埼玉県コバトン健康マイレージとは?

専用の歩数計またはスマートフォンを使用してウォーキングをすると、歩数に応じてポイントが貯まります。町の施設や店舗に設置してあるタブレット端末(リーダー)に歩数計をかざすと歩数データが送信できます。一定以上のポイントが貯まると、抽選で県内の特産品や協賛企業の商品が当たります。楽しく健康づくりができる事業です。



**対象** 18歳以上で町内在住または在勤のかた

**参加費** 無料

**申込み** ①歩数計の使用を希望するかた

新型コロナウイルス感染予防のため、歩数計をお渡しする時期を延期します。予約は受け付けていますので、健康づくり担当までご連絡ください。

②スマートフォンの使用を希望するかた

埼玉県コバトン健康マイレージホームページから申込手順に従いお申し込みください。

### タブレット端末(リーダー)設置場所

役場庁舎、ふれあいプール・ホット、長生荘、イチワタ薬局皆野バイパス店、ヤオコー皆野店、道の駅みな、皆野病院

※現在、新型コロナウイルス感染症の影響で閉館している施設もあります。

歩数計を長らくお待ちいただいているかたには、大変申し訳ありません。ご理解の程よろしくお願ひします。

問合せ 健康福祉課 健康づくり担当 ☎62-1233

## 子宮頸がん予防ワクチンの接種について

現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていませんが、定期接種としてワクチン接種を受けることは可能です。接種に当たっては、有効性とリスク(接種による副反応)を理解した上でお受けください。

<b>対象者</b>	小学6年生～高校1年生相当の女子 標準的な接種時期：中学1年生相当の女子
<b>回数</b>	3回接種
<b>費用</b>	無料
<b>申込み</b>	母子健康手帳を持参し健康福祉課(窓口⑥)へお越しください。

問合せ 健康福祉課 健康づくり担当 ☎62-1233

## み～んなと **手** で **話** そう 簡単手話入門⑤

今月のお題: [あいさつ]



向かい合わせて立てた両手の人差し指を、同時に曲げます。

手話の動きを動画で確認することができます。URLまたはQRコードからご覧ください。

<https://shuwa-chichibu.sakura.ne.jp/video/aist.php>



協力：ちちぶ広域聴覚障害者協会