

7年ぶりに開催します

## 食生活改善推進員養成講座

町は、地域で食を通じたボランティア活動を行う「食生活改善推進員」の養成講座を7年ぶりに開催します。

生活の予防や改善、公衆衛生に関する知識と実践技術を身に付け、自分や家族、地域の健康づくりのために活動してみませんか。講座の日程などは、【別表】を確認してください。

■場所…保健センター、町学習交流施設「エピカ」

### ■対象

- ▷18歳から、おおむね70歳までの町民
- ▷食や健康づくりに関心があり、講座修了後に食生活改善推進員としての活動が可能な人
- ▷講座に8割以上出席できる人

■費用…500円程度(食材費として)

■申込締切…10月10日(火)

■申し込み・問い合わせ先…保健センター ☎46-5571

### 【別表】 養成講座の日程と内容

回	日程	時間	内容
1	11月22日(水)	9:30~12:00	開講式、講義
2	12月7日(木)	9:30~13:30	講義、調理実習
3	12月22日(金)	9:30~13:30	講義、調理実習
4	1月11日(木)	9:30~13:30	講義、調理実習
5	1月22日(月)	9:30~11:30	運動実践
6	2月22日(木)	9:30~14:00	講義、調理実習、閉講式

### Interview

食生活改善推進員(食改)の活動について聞きました。



町食生活改善推進協議会長  
あさり とくこ  
浅利 徳子さん(21区)

最近の活動では、園児に箸の持ち方を教えたり、料理教室で小学生の保護者にバランスの良い食事を紹介したりしています。介護食の作り方のアドバイスなど、町内各地で幅広い世代に向け、減塩や野菜摂取を呼びかけながら活動しています。

料理が苦手でも、健康に興味があれば講座を受け、一緒に活動しましょう。食改活動を、自身の健康維持にも役立ててもらえればうれしいです。

## 町地域おこし協力隊 Vol.2 ひらいずみ活動通信

都市部から町内に移住した地域おこし協力隊員による連載「ひらいずみ活動通信」。2回目は、福岡県出身の河野綾華さんです。

問い合わせ、ダンスレッスンについてはこちらから→



福岡のスタジオの教え子たち

### 平泉でダンスチームを作りたい!

平泉町地域おこし協力隊のあやかです。福岡で「楽しむ!」をモットーにダンスを教えています。9月16日(土)、24日(日)に町学習交流施設「エピカ」で初心者向けにダンスレッスンをを行いますので、ぜひ体験に来てください。

11月のひらいずみ産業まつりに出演予定ですので、一緒にダンスを踊ってくれる人も募集しています。

ダンスは老若男女誰でも楽しく身体を動かせます!私と一緒に踊りませんか?お気軽にご連絡ください。



このあやか  
河野 綾華

## 新型コロナワクチン接種情報



接種関連のホームページへ

町新型コロナワクチン接種対策チームから、ワクチン接種についてお知らせします。

### 「令和5年春開始接種」は9月19日(火)まで延長

5月8日から実施している「令和5年春開始接種」の終了時期が、9月19日に変更になりました。接種歴などが不明な場合は、問い合わせてください。

### 初回接種で使用するワクチンが変更(5歳以上の人)

初回接種で使用するワクチンが、従来株ワクチンからオミクロン株対応2価ワクチンに変更になりました。9月20日(水)以降は「オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン」を使用します。

### 「令和5年秋開始接種」について(12歳以上の人)

「令和5年秋開始接種」は、9月20日(水)から下記の通り実施予定です。接種費用は無料で、初回接種を完了したすべての人が対象です。

※65歳以上の人、基礎疾患があるなどの重症化リスクが高い人以外は、予防接種法による努力義務はありません

#### ■接種券の発送方法

65歳以上の人	接種が可能となる時期に合わせて9月1日(金)以降に接種券を順次送付予定です。
12~64歳の人	9月1日(金)以降、接種券を申請するための書類を送付します。接種希望者は申請書類を返送し、接種券を申請してください。
その他	以下に当てはまる人には、接種券を送付済みのため、新たに書類を送付しません。接種希望者は、手元にある接種券を使用して接種を受けることができます。 ▷これまでにオミクロン株対応ワクチン接種を受けていない人 ▷令和5年春開始接種の接種券が届いた人で、ワクチン接種を受けていない人

#### ■接種方法と実施のスケジュール

集団接種	ワクチンの供給量を基に、実施スケジュールなどを調整中です。詳細が決まり次第、町のホームページや広報でお知らせします。
個別接種	9月20日(水)から、一関市内の医療機関(一部)で順次実施予定です。接種券に同封する接種場所一覧や町ホームページを確認し、医療機関が定める方法(コールセンター、または医療機関に直接問い合わせ)で予約してください。

### 「令和5年秋開始接種」(生後6カ月から11歳までの人)について

10月2日(月)以降、一関市内の医療機関(一部)で接種を順次開始します。初回接種・追加接種ともに「オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン」を使用します。

接種券を申請するための書類を9月中旬以降に送付します。接種希望者は申請書類を返送し、接種券を申請してください。

#### ■問い合わせ先

町新型コロナワクチン接種対策チーム(保健センター内) ☎34-9808