日＝日時・期間 場＝会場・場所 対＝対象 定＝定員 内＝内容 講＝講師 費＝費用 持＝持ち物
主＝主催 共＝共催 後＝後援 申＝申し込み・申請方法 問＝問合せ ＝オンライン開催 ＝HPで詳しく

ピックアップ

4月～6月開催分 楽しく からだを動かそう♪ 新宿ゆにスポ！

障害のある方を主な対象に、楽しみながら体を動かすスポーツプログラムをクリアソン新宿と連携して実施します。年齢、障害の種類や程度にかかわらず、どなたでも参加できます。

オンライン配信もあります。詳しくは、新宿区ホームページ(**上**二次元コード)をご覧ください。

石田真紀(元NFLチアリーダー)

田中三千太郎(上級パラスポーツ指導員)

日時・会場・テーマ

右表のとおり。時間は午前10時30分～11時30分(4月22日㈬は午後1時30分～2時30分)

講 ▶ダンス…石田真紀、▶やさしいボール運動…田中三千太郎

申 ▶個人で参加する方は当日直接、会場へ。▶2名以上で参加する方は電話で問合せ先へ。先着各日30名程度(オンラインは定員なし)。新宿区ホームページ(**上**二次元コード)からも申し込めます。

※自力での参加が難しい方は、付き添いの方とおいでください。

問 ㈱Criacao(クリアソン)新宿ゆにスポ！担当☎070(1452)5506

区の担当課 生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係☎(5273)4358・FAX(5273)3590

プログラムスケジュール

日程	会場	テーマ
4月22日㈬	新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)	ダンス
5月28日㈭		やさしいボール運動
6月24日㈬	新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)	やさしいボール運動

※各回ごとに参加できます。

妊婦の方へのRSウイルスワクチンが定期接種になりました

RSウイルスワクチンが4月1日から定期接種になり、無料で受けられるようになりました。RSウイルスは2歳までにほぼ100%の人が感染すると言われており、呼吸器に感染すると咳などの症状を引き起こします。ワクチン接種により、重症化しやすい初回感染時の症状を抑えられます。

区が発行した予診票を指定医療機関にお持ちいただくと、無料で接種を受けられます。定期接種対象の方には予診票を順次発送します。詳しくは、新宿区ホームページ(**右上**二次元コード)をご覧ください。

対 妊娠28週0日～36週6日の方

使用ワクチン 組換えRSウイルスワクチン(ファイザー社 アブリスボ®筋注用ワクチン)

接種回数 妊娠ごとに1回

定期接種で使用する高齢者用の肺炎球菌ワクチンが20価ワクチンへ変更になりました

肺炎球菌ワクチンが4月1日から有効性・安全性の高い20価ワクチンへ変更になりました。肺炎球菌は肺炎などの感染症を引き起こし、ワクチン接種により感染を予防し、重症化を防ぐことができます。

助成を受けるには、区発行の予診票(**右下記**)が必要です。詳しくは、新宿区ホームページ(**右**二次元コード)をご覧ください。

対 **下記**①か②に該当し、肺炎球菌ワクチンを初めて接種する方

▶①65歳の方(65歳の誕生日前日から接種可)

▶②接種日現在60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に重度の障害(身体障害者手帳1級程度)がある方

接種回数 1回

自己負担額 5,500円

※生活保護を受けている方等は自己負担を免除します。

予診票の交付等 ▶①65歳になる誕生月の前月末に発送します。

▶②希望する方は電話か直接、問合せ先へ。新宿区ホームページ(**左上**二次元コード)からも申し込めます。

問 **保健予防課予防係**(第2分庁舎分館1階)☎(5273)3859・FAX(5273)3820

本紙は新聞折り込みでお届けしています。主な区立施設・駅・スーパー・新聞販売店などにも置いています。新聞を購読していない方には個別配達します。