

宮城県・仙台市 緊急事態宣言発令中

宮城県・仙台市で独自の緊急事態宣言が発令されています。手洗いや咳エチケットはすべての感染症の基本的な予防策です。感染症予防の徹底にご協力をお願いします

最新情報はこちらから確認ください



新型コロナワクチンに関するお知らせ



県HP



市HP



市公式LINE

今後の接種日の予約開始日時について

国・県は、12歳以上の8割の方が2回分の接種に必要なワクチンの量を計画的に配分するため、ワクチンの供給量を調整しています。市は配分されるワクチンの供給量に応じて段階的に予約を受け付けています。

■予約開始日時

予約方法：①スマートフォンまたはパソコンで予約(24時間利用可能)

②コールセンターに電話で予約(☎0570-085-230 受付時間:9時~18時 平日のみ)



予約フォーム

対象	種別	予約開始日時 ※予約定員に達した場合、受付終了となります
12歳以上 ※12~15歳の方は 保護者同伴	個別接種 市内27実施医療機関で接種を行います。下記の一覧表を確認ください。	9月3日(金) 正午から 定員：約2,000人 (9月16日(水)~22日(水) 1回目接種分)
		9月10日(金) 正午から 定員：約2,000人 (9月23日(水)~29日(水) 1回目接種分)
	集団接種 塩竈市津波防災センターに会場を変更して実施します。 塩釜ガス体育館での接種は8月21日(土)で終了しました。	8月31日(火) 正午から 定員：各日約250人 (9月11日(土)~12日(日)、18日(土)~19日(日)、 25日(土)~26日(日) 1回目接種分) ※土曜日は午後、日曜日は午前中に実施。接種時間は予約時に確認ください。

2回目接種は3週間後の同時刻に自動予約となります。確実に接種できるよう、3週間後の予定も確認のうえ、ご予約ください。

■個別接種実施医療機関一覧



一般診療に支障が出ないよう、医療機関への問い合わせはご遠慮ください。

NO	名称	NO	名称	NO	名称
1	赤石病院	10	ささき内科・呼吸器科クリニック	19	平澤内科医院
2	いけの医院	11	塩竈市立病院	20	ふくちゃんクリニック
3	及川内科医院	12	清水沢クリニック	21	藤谷内科クリニック
4	大井産婦人科	13	杉山内科	22	本間医院
5	川合整形外科クリニック	14	高橋ジェネラルクリニック	23	みみはなのど宮崎クリニック
6	くろさわ脳外科画像診断クリニック	15	ちば整形外科クリニック	24	宮町脳神経眼科クリニック
7	金医院	16	富永内科医院	25	無量井内科クリニック
8	坂総合病院	17	鳥越塩釜腎クリニック	26	ももせクリニック
9	坂総合病院附属北部診療所	18	永沼外科整形外科医院	27	やまとクリニック

■9月から集団接種会場が塩竈市津波防災センターに変わります。

9月11日(土)以降の(土)(日)を中心に集団接種を実施します。予約された時間以外にお越しいただいても受け付けてできませんのでご注意ください。

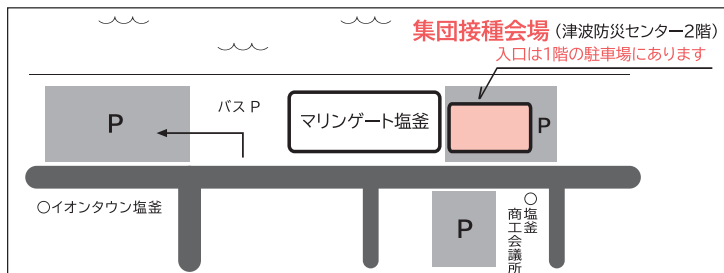
【8月末まで】 塩釜ガス体育館



【9月以降】 塩竈市津波防災センター 2階
住所 塩竈市港町1-4-1(マリゲート塩釜 東隣り)

下図マリゲート駐車場(P)が利用可能です

接種会場で駐車場を無料対応します。接種の際に駐車券を持参ください。マリゲート塩釜駐車場以外は、対応できませんのでご了承ください。



塩竈市津波防災センター

問 新型コロナワクチン接種推進室 ☎022-355-4123

■商品券第3弾「Let's Buyしおがま商品券取扱事業者募集」

対 象：市内に店舗があり、風俗営業などの規制及び業務適正化などに関する法律第2条の適用を受けていないもの(塩釜商工会議所および塩釜市商業協同組合の会員は除く)

受付期間：9月15日(水)～10月5日(火)10:00～17:00

受付会場：(1)塩釜市商業協同組合(海岸通14-6)
(2)塩釜商工会議所(港町1-6-20)

申込方法：通帳の写し(口座番号、口座名義人)と所定の申請用紙(受付会場で配布または塩釜商工会議所ホームページからダウンロード)に必要な事項を記入のうえ、受付会場へ持参ください。

問 塩釜市商業協同組合 ☎022-367-9651
塩釜商工会議所 ☎022-367-5111

コロナ時代だからこそ 生活習慣病予防 ～健康しおがま21プランシリーズ③～

外出を控え運動不足になったり、人との関りが少なくなると、思わぬところでからだやこころの衰えが進み、コロナの重症化や「健康二次被害」(生活習慣病の発症・悪化や認知機能の低下など)を引き起こします。免疫力を下げないためにも、適切な感染症対策をしたうえで、からだを動かす機会を増やしましょう。



【お仕事中は…】

- 通勤時は早歩き・歩幅を広く
- こまめに動く
- 階段を使う
- 遠くのトイレを使う
- 合間に体操・ストレッチ



【自宅にいるときは…】

- じっとしている時間を減らす
- キビキビと掃除や洗濯
- テレビを見ながらストレッチ
- 時間を決めて、散歩・ラジオ体操
- 庭のお手入れ

まずは、今よりプラス10分！
少し長く、少し元気に動きましょう。

いつもの散歩より10分多く歩くだけで、歩数が1000歩アップします。

※無理せず、少しずつ。病気や痛みがある方は、主治医などに相談ください。

～保健センターでは、
皆さんの健幸を
応援しています～

問 保健センター ☎022-364-4786