

「超（スーパー）とねまち地元応援！プレミアム付商品券」販売のお知らせ

コロナ禍における原油価格・物価高騰の影響を受けた町民の皆さまの負担軽減、および売り上げが落ち込む事業者様への支援を目的に、町内の商店などで共通して使用できるプレミアム付商品券を販売いたします。

- ▶販売金額 5,000円 (500円×15枚=7,500円分 50%プレミアム)
- ▶販売期間 10月3日(月)～10月25日(火)
- ※9月下旬に、9月1日時点の世帯主の方へ特別購入券を発送いたします。
- ▶販売場所 利根郵便局、東文間郵便局、サイクルショップタナカ、地蔵商店、手づくり和菓子船橋屋、セブンイレブン茨城利根店、たかま商店、高津屋酒店、JA水郷つくばわかさ支店
- ▶使用期間 10月3日(月)～令和5年2月28日(火)
- ※その他、事業の詳細につきましては、町公式ホームページなどで随時お知らせいたします。
- ▶問い合わせ先 まち未来創造課 商工観光係 ☎68-2211 (内線244)

65歳以上の運動教室「健脚くらぶ」参加者募集

「健脚くらぶ」は、加齢や不活発による衰えを改善していくための運動教室です。体幹バランス強化や関節・筋肉の動きを良くして、転倒を予防します。

- ▶日程 毎週月曜日(祝日はお休み)
- ▶期間 6カ月間
- ▶時間 午前9時50分～10時40分
- ▶場所 利根町保健福祉センター 1階機能訓練室
- ▶募集人数 10名(定員の範囲で随時利用開始)
- ▶参加料 1回100円
- ▶講師 廣瀬亜須可(ひろせ あすか) 先生



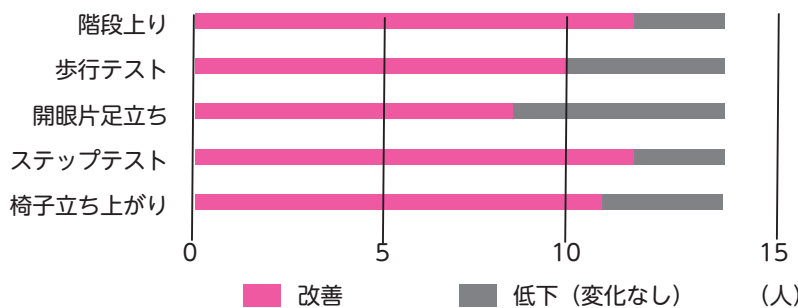
●対象となる方

65歳以上で、次の5項目のうち3つ以上該当する方

1. 階段を手すりや壁をつたわって上る
2. 椅子から立ち上がる時何かにつかまる
3. 15分位続けて歩いていない
4. この1年間に転んだことがある
5. 転倒に対する不安は大きい

●開始時および終了時には理学療法士の運動機能チェック、体力測定を行い、先生との面接をして目標を設定して運動していきます。

開始時と終了時の体力測定結果比較



ほとんどすべての項目において良い効果がみられています!!

☆参加者の声☆

- ・毎月のチャレンジ運動を家事の合間にもし、運動習慣がついた
- ・以前より長時間歩けるようになった
- ・お友達ができ、楽しく運動できた
- ・気持ちが前向きになった

▶申し込み・問い合わせ先 利根町保健福祉センター いきがい支援係 ☎68-8291

接種費用
無料
(全額公費)



新型コロナウイルスワクチン接種について

▶新型コロナウイルス接種状況(令和4年7月31日現在)

※対象者数は、令和4年1月1日現在です。

●1・2回目(初回)接種

区分	対象者数	1回目接種		2回目接種	
		接種者数	接種率	接種者数	接種率
65歳以上	7,032	6,849	97.4	6,830	97.1
12歳以上64歳以下	7,734	6,795	87.9	6,754	87.3
5歳以上11歳以下	578	164	28.4	161	27.9
全体	15,344	13,808	90.0	13,745	89.6

●3回目(追加)接種

区分	対象者数	3回目接種	
		接種者数	接種率
65歳以上	7,032	6,505	92.5
12歳以上64歳以下	7,734	5,032	65.1
全体	14,766	11,537	78.1

●4回目(追加)接種

区分	対象者数	4回目接種	
		接種者数	接種率
60歳以上	7,918	3,571	45.1

●4回目 基礎疾患のある方・医療従事者

区分	接種者数(人)
59歳以下	19

▶新型コロナウイルス感染状況(令和4年7月31日現在)

●月別感染者数

令和4年	新規			合計	令和4年	新規			合計
	新規	濃厚	合計			新規	濃厚	合計	
1月	36	25	61	61	5月	15	13	28	28
2月	148	89	237	237	6月	21	18	39	39
3月	131	98	229	229	7月	125	66	191	191
4月	69	46	115	115					

コロナ自宅療養中の備蓄について

新型コロナウイルス感染症の感染規模が拡大しており、いつ誰が感染しても不思議でない状況です。

新型コロナウイルスに感染し、自宅療養となった場合、発症日から起算して最低10日間以上(無症状で陽性の場合は7日)は療養期間になり、外出できません。

また濃厚接触者についても、陽性者との最終接触日または、感染対策を講じた日のどちらか遅いほうの日の翌日から5日間は自宅待機になります。

そのため、療養または待機期間中に食料品や日用品が不足し困らないように、必要なものを確認し、事前に準備しておくとう安心です。

▶問い合わせ先 利根町保健福祉センター ☎68-8291

自宅療養に備えて備蓄しておくものの例

- 食料品
- 水分補給ができるもの
スポーツ飲料、ゼリー飲料など
 - 体調がすぐれない時でも食べやすいもの
レトルトのおかゆ、パックご飯、そうめんなど
 - 調理が不要で、簡単に食べられるもの
レトルト食品、缶詰、即席スープ、冷凍食品など
 - その他(家庭内で体調不良でない方が、調理および食べられるもの)
日持ちする野菜、肉や魚を小分けで冷凍したもの
- 日用品
- トイレットペーパー、アルコール消毒液、マスク、体温計、解熱鎮痛剤、常備薬、乳幼児や高齢者世帯用オムツ、生理用品(女性)

