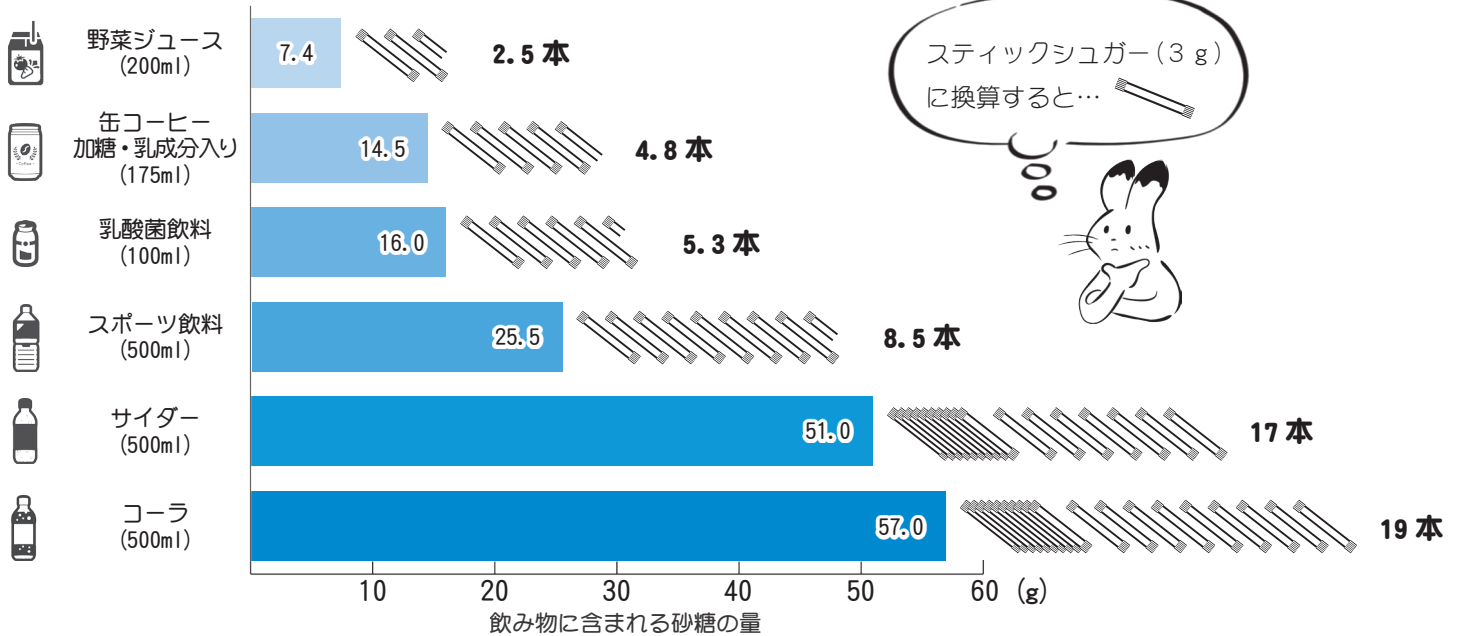




飲み物に含まれる砂糖の量

ひとの水分必要量は1日に2.5リットルとされています。このうち約1リットルを食品からとり、残りの約1.5リットルを水分としてとっています。私たちの生活ではこの1.5リットルの水分を水・茶類・嗜好飲料などでとるのが一般的です。

糖類を含む嗜好飲料の飲み過ぎは、糖類のとり過ぎにつながります。下記の表を参考に、適切な水分摂取を心がけましょう。



※ただし、水分の制限が必要な病気がある方は、主治医の指示に従いましょう。

新型コロナワクチン4回目接種

基礎疾患を有する方へ

問健康福祉課 ☎(57) 4257

町では新型コロナワクチン4回目接種を7月より開始しています。

18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する方そのほか重症化リスクが高いと医師が認める方は4回目接種の対象となります。

基礎疾患等を有し、新型コロナワクチン4回目接種をご希望の方は**申請が必要**です。

※60歳以上の方は、接種券を順次発送いたしますので**申請不要**です。

必要書類

- ①接種券発行申請書(4回目接種用)
- ②本人確認書類の写し(運転免許証、マイナンバーカード等)
- ③接種済証または接種記録証の写し

上記、必要書類を添えて、町保健センター窓口または郵送にて申請ください。

※①の接種券発行申請書(4回目接種用)は、町保健センターでお渡しできるほか、町ホームページよりダウンロードすることもできます。

【申請先】

〒329-0195 野木町大字丸林571番地 野木町役場健康福祉課(町保健センター内)