

健康だより

問 健康増進課

☎ 23-3964 ⑤ 25-5900
 ① kenkou@city.kanonji.lg.jp

高齢者インフルエンザ予防接種が10月から始まります

時 10月1日～令和6年3月31日※診療時間内
対 接種日現在で65歳以上の人、60歳以上65歳未満の人で心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級を持っている人

料 1,200円
 ※市民税非課税世帯と生活保護世帯の人は、証明書の持参により自己負担金が免除されます。詳しくは送付する案内を確認してください。

<予診票の送付・発行時期>

年齢	送付・発行時期
10月1日現在で65歳以上	9月末に送付
10月～12月に65歳を迎える人	65歳になってから随時送付
翌年1月～3月に65歳を迎える人	65歳になってから申し込むと発行

<訂正とお詫び>

今回送付する案内の6ページ「自己負担金の免除について」の内容に誤りがありました。次のとおり訂正し、お詫びいたします。

- (誤) ウ. 介護保険負担限度額認定書
- (正) ウ. 介護保険負担限度額認定証

申問 健康増進課 母子保健係

男性の風しん抗体検査と予防接種

対象者には無料クーポン券を送付しています。まずは抗体検査から受けてください。
時 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
問 健康増進課 母子保健係

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

インフルエンザ予防接種と併せて受けることで肺炎の予防効果が高まります。対象者には4月に予診票などを送付しています。予診票は再発行できますので、問い合わせください。

対 本年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になり、一度も23価肺炎球菌ワクチンを接種していない人。接種時に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人（身体障害者手帳1級相当）

時 令和6年3月31日まで ※診療時間内

料 2,000円
 ※市民税非課税世帯と生活保護世帯の人は、自己負担金が免除されます。詳しくは4月に送付した案内を確認してください。

問 健康増進課 母子保健係

大腸がん検診は10月末まで

大腸がんは、女性のがん死亡数の1位、男性の2位ですが、早期のうちにはほとんど自覚症状がありません。検査は2日間の便検査で、自宅で簡単に行うことができます。がんが発見されても、早期に治療できれば、高い確率で治癒を目指すことも可能です。年に1回は必ず検診を受けましょう

時 10月31日(火)の診療時間内まで

所 観音寺・三豊市内の検診実施医療機関

内 問診、便潜血検査2日法

対 40歳以上の人（令和6年4月1日時点）

持 健康保険証、大腸がん検診受診票

※受診票がない人は連絡してください。

料 69歳以下 500円、70歳以上 300円

申問 健康増進課 成人保健係

10月は骨髄バンク推進月間

白血病などの血液疾患には、骨髄移植などが有効な治療法の一つですが、そのためには善意の提供者（ドナー）がいなければ成り立ちません。一人でも多くの患者さんに移植の機会が確保されるよう、骨髄バンクへの登録をお願いします。

市では、骨髄移植のドナーとドナーが従事する事業所を対象に助成金を交付しています。詳しくは健康増進課へ問い合わせください。

問 健康増進課 母子保健係

西讃保健福祉事務所 保健対策課

☎ 25-2052

がん検診と特定健康診査を一緒に受けられるチャンスです

本年度最後のがん検診を行います。がん検診を受け忘れて人や希望する人はこの機会に申し込んでください。また、国民健康保険加入者で、本年度の特定健康診査をまだ受けていない人は、がん検診と一緒に受けることができます。

時 11月25日(土)、26日(日)

所 大野原いきいきセンター

内対 子宮頸がん：20歳以上

肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん：40歳以上

特定健康診査：国民健康保険加入の40～74歳

注 ・全て時間予約制です。必ず事前申し込みが必要です。
 ・乳がん、子宮頸がんは2年に1度の検診です。令和4年度に受けた人は受けられません。(クーポン対象者を除く)

・令和4年に市の内視鏡検査を受けた人は、本年度の胃がん検診は受けられません。

申問 健康増進課 成人保健係

検査	時間	11月25日(土)	11月26日(日)
特定健康診査 ※	午前	○	△
胃がん検診	午前	○	○
結核肺がん検診	午前	○	△
	午後	△	
乳がん検診	午前	○	○
	午後	○	△
子宮頸がん検診	午前	○	○
	午後	△	

△：予約状況に応じて受け付けします。
 ※：医療機関で健診を受診した人は予約ができませんので注意してください。なお、肝炎ウイルス検診などは実施していません。

健康診断を受けた人

ゆう酸素リフレッシュ体操に参加しませんか

生活習慣病予防には定期的な運動が大切です。この機会に運動習慣を身に付け、楽しく健康づくりに取り組みましょう。

所 大野原会館アリーナ

内 健康運動指導士とともに楽しく体を動かす有酸素運動

対 健康診断を受けた人で、気になる数値があり、改善したい人（40～74歳まで）

数 各30人(先着順)

申問 健康増進課 成人保健係



銭形くんグループ



時 11月21日(火)、1月16日(火)

午後1時30分～午後2時30分

とんぼクングループ



時 10月17日(火)、12月19日(火)

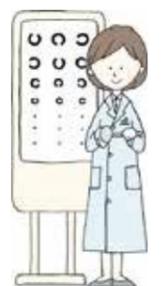
2月20日(火)

午後1時30分～午後2時30分

10月10日は目の愛護デー 年1回は目の検診を受けましょう

パソコンやテレビ、スマートフォンの普及により、目の疲れに悩んでいるのは大人だけとは限りません。また、加齢とともに、白内障や緑内障、加齢黄斑変性などの目の病気にかかる人も増えています。目の健康を守るためにも、年に1回は目の検診を受けましょう。

問 健康増進課 成人保健係



新型コロナウイルスワクチン
「令和5年秋開始接種」を実施しています (9月14日現在の情報です)

- 対象
 生後6カ月以上の全ての人
 ※追加接種の場合は、前回接種から3カ月経過している必要があります。

- 接種費用
 無料
- 使用するワクチン
 オミクロン株 (XBB.1.5) 対応1価ワクチン
 (ファイザー社/モデルナ社)

秋開始接種
 について
 詳しくは ▶ 

●接種券の発送と発行申請方法

対象者	接種券の発行	発行申請	発行申請方法
令和5年5月8日～6月30日に 前回の接種を受けた人 ※1	9月4日に接種券を発送しました。	不要	①インターネット 
令和5年7月1日～9月19日に 前回の接種を受けた人 ※1	接種可能な時期に順次発送予定です。	不要	
上記以外 の人 ※2	未使用の接種券をお持ちの人	不要	②コールセンター へ電話 ③市役所1階 健康増進課、 各支所窓口
	過去に届いた接種券を使用済、 または紛失された人	発行申請が必要です。 申請方法は右記をご覧ください。	

- ※1 前回の接種日時時点で観音寺市に住民票のあった人が対象です。
- ※2 小児(5～11歳)の追加接種(3回目以降)、乳幼児(生後6カ月～4歳)の初回接種(1～3回目)と追加接種(4回目)を希望する場合も申請が必要です。

●接種予約開始日(予定)

国からのワクチンの供給状況等により、段階的(接種間隔別)に予約を受け付けます。

前回接種の時期	予約開始日
令和5年5月末までに 前回接種を受けた人	現在受付中
令和5年6月中旬に 前回接種を受けた人	順次案内します

●接種予約方法

- ①インターネットで予約
 (24時間受け付け) 
- ②コールセンターに電話
 ☎0120-097-088
 (午前8時30分～午後5時30分
 ※日曜・祝日を除く)
 ※12歳以上で初回接種(1・2回目)を希望する
 場合は、インターネットからは予約ができません
 のでコールセンターへ電話してください。

問い合わせ先

健康増進課 新型コロナウイルスワクチン接種推進室 ☎23-3927
 新型コロナウイルスワクチンコールセンター※ ☎0120-097-088
 ※午前8時30分～午後5時30分(日曜・祝日を除く)

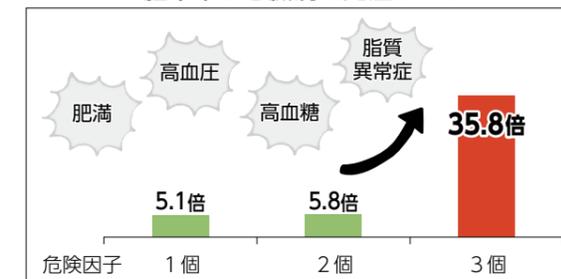
ワクチンを受けるには、本人の同意(15歳以下は保護者の同意)が必要です。感染症予防の効果と副反応のリスクを理解し、本人の意思で接種を判断してください。周囲への接種強制や接種していない人へ差別的な対応をすることはあってはなりません。

健康診査は10月末まで！忘れずに受けましょう

- 対・国民健康保険の被保険者(40歳から74歳まで)
 ・後期高齢者医療の被保険者
 ※通院中の人も対象です。定期的に通院して採血や検尿をしていますが、健康診査の項目を全て検査しているとは限りません。主治医に相談してください。
- 所 観音寺・三豊市内の実施医療機関(事前の電話予約が必要です)



脳卒中や心臓病の発症リスク



「高血圧」「高血糖」「脂質異常症」「肥満」の危険因子が重なるほど、脳卒中や心臓病の発症リスクが高まります。年に1回、健診を受けて自分の体をチェックしましょう！

お手元に受診券が残っていませんか？

自分の体の状態を知るためにも、まだ受診していない人は10月31日(火)までにぜひ受診してください。受診券を紛失した場合は健康増進課で再発行できます。

問 健康増進課 成人保健係
 ☎23-3964



受診券はこの封筒に入っています

10月17日(火)～23日(月)は薬と健康の週間
薬との上手な付き合い方を考えてみましょう



☑かかりつけ薬剤師・薬局を持ちましょう

市内には、かかりつけ薬剤師・薬局の機能に加えて、市販薬や健康食品に関することももちろん、介護や食事・栄養摂取に関することまで気軽に相談できる「健康サポート薬局」が4店舗、「地域サポート薬剤師」が25店舗に常駐しています。

<健康サポート薬局>

スター薬局大野原店、サンシャインスター薬局
 スター薬局柞田店、ひまわり調剤薬局大野原

💡その他にも

- ☑お薬手帳を活用しましょう
- ☑残薬はありませんか
- ☑ジェネリック医薬品を使ってみませんか
- ☑薬剤耐性菌(AMR)を知っていますか

市内の地域サポート薬剤師について詳しくはこちら



問 健康増進課 成人保健係
 ☎23-3964