

# 健康だより

## 予防接種を受け忘れていませんか？

対象者には4月に予診票を送付しています。3月31日までが公費助成対象のため、まだの方は早めの接種をお願いします。

### ●麻しん風しん混合2期ワクチン

**対** 平成29年4月2日生まれ～平成30年4月1日生まれ

### ●高齢者肺炎球菌予防接種

**対** 過去に23価肺炎球菌予防接種を受けたことがない人で下記に該当する人

- ・本年度に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人
- ・60歳以上65歳未満の人で、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の機能に障がいがある人

**問** 健康増進課 母子保健係



### 問 健康増進課

☎ 23-3964 (成人保健係・母子保健係)  
☎ 23-3927 (新型コロナウイルスワクチン接種推進室)  
✉ kenkou@city.kanonji.lg.jp

## 結核・肺がん検診と大腸がん検診

令和6年度の結核・肺がん検診と大腸がん検診(集団)を4月～5月に実施します。日本人のがん死亡原因の1位は肺がん、2位は大腸がんです。早期発見のために年に1度は検診を受けましょう。

### ●結核・肺がん検診

**内** 胸部エックス線検査、喀痰検査(50歳以上で高喫煙者のみ)

**対** 40歳以上

**料** 胸部エックス線検査 64歳以下 200円、65歳以上 無料  
喀痰検査 500円

**注** 喀痰検査のみの実施はできません。

### ●大腸がん検診(集団)

**内** 便の潜血検査 **対** 40歳以上

**料** 69歳以下 500円、70歳以上 300円

#### ※日時と場所の指定について

- ・一人ずつ日時と会場を指定し、申込者には3月下旬までに案内します。申し込みがまだの方は連絡してください。
- ・大腸がん検診(集団)は、結核・肺がん検診と同日に実施します。

**申問** 健康増進課 成人保健係

## 令和6年度プラステン運動教室

プラステンをご存じですか？今よりプラス10分身体を動かすと、健康寿命を伸ばすことができるといわれています。

市では、3カ月を1クールとした年4クールの運動教室を開催します。コースは2種類あり、自分に合ったコースを選んで申し込んでください。運動習慣のない人、運動を始めてみたい人、どんな運動をしたら良いかわからない人、ぜひこの機会に運動を始めてみませんか？

	筋力アップコース	ストレッチコース
会場	大野原会館	働く婦人の家2階 軽運動室
内容	筋トレや体幹トレーニングをします。筋肉をつけて代謝をあげましょう！	ストレッチ体操をします。運動習慣のない人や苦手な人にもおすすめです！
講師	山本 浩史先生(健康運動指導士)	古市 敬子先生(健康運動指導士)

### 時 1クール目日程

4月16日(火)、5月21日(火)、  
6月18日(火) 午後1時30分～  
(今後の日程は、後日広報紙でお知らせします)

**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)

**受** 3月11日(月)～15日(金)まで

**問** 健康増進課 成人保健係



## 新型コロナウイルスワクチン(2月15日現在) 無料接種は令和6年3月31日で終了します

令和5年9月20日から令和6年3月31日までの期間中に1人1回まで追加接種が可能です。令和5年12月31日までに初回接種※を受けた人は、初回接種完了日から3カ月以上間隔を空けて、上記期間中に追加接種が可能です。

※初回接種：5歳以上の人は1・2回目の接種、生後6カ月～4歳の人は1～3回目の接種

### ●3月19日以降の接種券発行申請

接種を希望する人で現在接種券を持っていない人は、下表のいずれかの方法で申請してください。3月19日午後5時15分で郵送での発行は終了し、健康増進課窓口での発行となります。同時にインターネットと各支所での申請受け付けも3月19日午後5時15分で終了し、以降はコールセンターと健康増進課窓口で申請を受け付けます。コールセンターで申請する際は健康増進課窓口での受け取り希望日を伝えてください。

申請時期	申請方法	発行方法
3月19日まで	①インターネット ②コールセンター ☎ 0120-097-088 (午前10時～午後3時 ※土・日曜日、祝日を除く) ③健康増進課、各支所窓口	①郵送 ②健康増進課窓口
3月20日以降	①コールセンター ②健康増進課窓口	原則、健康増進課窓口での受け取り



接種券発行申請

### ●対象者ごとの接種予約方法

予約方法/対象者	12歳以上		小児(5～11歳)	乳幼児(生後6カ月～4歳)	
	初回(1・2回目)	追加(3回目以降)	初回(1・2回目)追加(3回目以降)	初回*(1～3回目)	追加(4回目)
インターネット	×	○	○	×	○
コールセンター	○	○	○	×	○



予約

※乳幼児の初回接種を希望する人は、健康増進課(☎23-3927)まで連絡してください。

### ●最終接種日

観音寺市での最終接種日は市ホームページに掲載しています。接種予約は、接種日の3日前まで可能です。



接種情報

### ●令和6年4月以降の接種証明書発行方法

発行方法	令和6年3月末まで	令和6年4月以降
健康増進課窓口	○	○*1
コンビニ交付	○	廃止
接種証明書アプリ	○*2	廃止

※1 令和6年3月31日以前の接種記録の発行が可能です。発行手数料は現時点では未定です。

※2 接種証明書アプリでは、令和6年3月31日まで接種証明書の画像保存が可能です。

### <申請・予約>

新型コロナウイルスワクチンコールセンター  
(午前10時～午後3時 ※土日・祝日を除く)

☎ 0120-097-088

### 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

感染症予防効果と副反応のリスクを理解し、自分の意思で接種してください。周囲への接種強制や未接種の人へ差別的な対応をすることはあってはなりません。

# 子育て応援情報

令和5年3月生まれ  
ハローキッズ!! 1歳お誕生日おめでとう  
**Hello Kids!!**  
令和5年6月生まれの子どもを募集します

受付：3月1日(金)午前8時30分から(先着順)  
申込方法：秘書課へ電話または窓口で申し込み。  
申し込み後、1週間以内に申込書と写真を提出してください。  
窓口：秘書課 広聴広報係・大野原支所・豊浜支所・伊吹支所  
問い合わせ先：秘書課 広聴広報係 ☎23-3915

## 相談

家庭児童相談	子育ての不安、養育困難、虐待、家庭内の相談など	月～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前8時30分～午後5時	市役所1階 家庭児童相談室
母子・父子自立相談	ひとり親家庭の相談や援助、貸付など		
児童相談(要予約)		3月13日(水)午後1時30分～午後4時(県の専門相談員が対応)	

問 子育て支援課 こども・女性相談係 ☎23-3957

育児相談(要予約)	3月26日(火)午前9時15分～午前11時15分	保健センター
心理相談(要予約)	3月26日(火)午前9時～午前11時50分	

問 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964  
@kenkou@city.kanonji.lg.jp  
件名「育児相談申し込み」、本文「お子さんの名前、生年月日、住所、電話番号、相談したい内容」を記入。事前に電話またはメールで申し込みしてください。

## タッチケア&わらべうた

わらべうたを歌い、赤ちゃんとのスキンシップで絆を深めながら、親子で笑顔になる時間を過ごしませんか。

時 3月27日(水) 午前10時15分～午前10時45分(午前10時～受け付け)

所 ほっとはうす萩  
講 乾 昌代先生  
対 6カ月ぐらいまでの赤ちゃんとの保護者  
数 10組(先着順)  
料 無料  
持 バスタオル、飲み物  
申 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964  
主 観音寺市愛育会



## オンライン出産準備教室

月日	内容	講師
3月12日(火)	・妊娠の経過と正常と異常について ・妊娠からこどもの歯の健康について ・産後の経過と母児同室について	産婦人科医師 歯科医師 助産師
3月19日(火)	・子どものなりやすい病気について ・入院の時期、方法、出産準備について	小児科医師 助産師
3月26日(火)	・妊娠中の過ごし方について ・妊娠中から授乳中のお薬について ・妊娠中の栄養について	助産師 薬剤師 管理栄養士

時 午後2時～(1時間半程度)  
対 妊婦やその家族、同病院で分娩予定以外の人も受講可能  
料 無料 注 Zoomを使用  
申 産婦人科外来または西3病棟へ電話予約  
※開催日2日前までに予約が必要  
問 三豊総合病院 ☎52-3366

## 3月1日～7日は子ども予防接種週間

入園・入学など新生活が始まる前に、体調を整え、予防接種を受けましょう。各医療機関で接種日時を確認し、事前予約をお願いします。

問 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964



片桐羽琉ちゃん  
父 秀和さん 母 弓枝さん



一方隅心遥ちゃん  
父 允章さん 母 裕美子さん



森川来ちゃん  
父 隆介さん 母 ひなさん



合田柚春ちゃん  
父 弘輝さん 母 桃子さん



平口蓮華ちゃん  
父 和樹さん 母 絵梨那さん



富山碧音ちゃん  
父 拓哉さん 母 風佳さん



久保優陽ちゃん  
父 秀司さん 母 優美さん



豊浦依菜ちゃん  
父 倅汰さん 母 真希さん

## Library News 図書館だより

休館日 4・11・18・25

中央図書館
★おはなし会 2日(土)10:00～10:40
★英語のおはなし会 12日(火)11:00～11:30
★つぼみ愛書会 15日(金)13:30～
★英語をたのしもう! 毎週(金)14:30～15:00

大野原図書館
★おはなし会 9日(土)10:30～11:30

豊浜図書館
★工作教室 2日(土)13:30～14:30 フォトフレームを作ろう! 定員16人(要予約:豊浜図書館まで)
★おはなし会 23日(土)10:30～11:00

**講演会「ふるさと 観光あるある！」**  
知って楽しむ地域学! 「うどん県」それだけじゃない香川県のいろいろなこと。観音寺市のあれこれ。新しい発見があるかも…。ぜひご参加ください。  
日時: 3月16日(土)午後2時～午後3時30分(午後1時30分～開場)  
場所: 中央図書館 2階多目的ホール  
参加費: 無料  
講師: 森 賢晃氏

**今月のおすすめ本**

『大人ひとり旅のはじめ方』  
主婦の友社

大人の女性に向けた、ひとり旅の入門書。旅の計画の立て方や持ち物の選び方など、また、旅を心地よく楽しむための実用的なアイデアを紹介します。

『オニのサラリーマン じごくのしんにゅうしゃいん』  
富安陽子/文 大島妙子/絵  
福音館書店

"じごく"に入社した新入社員。一般常識テストに職場体験、三途の川のお掃除もして、新オニ研修が終われば歓迎会。オニのサラリーマンシリーズ第5弾です。

## 全国大会出場おめでとうございます //

令和5年度スポーツ庁長官賞争奪 日本生命杯 第3回全日本少年少女空手道選抜大会  
(2月16日～18日開催) (写真左から敬称略)



和道会大野原  
牧りり、高橋昊子



和道会豊浜  
篠原大翔、中須賀隆誠、井原永稀

### 1/20- 真狩村と小学生作品交換で交流

中央図書館で市と姉妹都市である北海道真狩村の小学生の図画や習字を紹介する作品展が開催されました。ヒマワリを題材にしたものやお気に入りの場所が描かれた図画、力強い書など20点を展示。村内の積雪の風景も紹介し、市では見ることのない風景に親子で来館した人は「雪がこんなに積もるの!」と驚いた様子。児童の作品や冬の真狩村を楽しんでいました。



真狩村では観音寺・高室・伊吹小学校の児童の作品42点が展示されています。

### 2/6- 華やかなひな飾りで健やかな成長を願う

ふるさと学芸館で、7回目となる「2024 "けっこな" おひなさん展」を開催しています。学芸館で保管している御殿飾りや八段飾りなどひな人形約450体を展示。体験学習で訪れていた柞田小学校の児童は「こんなにも大きいひな飾りがあると初めて知った」「とっても豪華で、家にはないので見られてうれしい」と話していました。(展示は3月31日まで)



### 2/3 令和5年度 教育功労賞・教育奨励賞

他の模範となる児童や生徒、長年にわたり青少年の健全育成や学校教育などの分野で貢献された皆さんに教育委員会より表彰状を贈り、功績をたたえました。

**教育功労賞** 学校歯科医 1人、教職員 1人  
**教育奨励賞** 一般 1人、教職員等 3人、  
小学生 9人、中学生 5人、  
1団体(大野原小学校マーチングバンド)



# かんおんじタウン情報

### 1/4 未知のジャンルにワクワク!本の福袋

中央図書館で毎年人気のイベント「図書館貸し出し福袋」が行われ、多くの方が列を作りました。司書お薦めの新刊本3冊と景品を詰め合わせた福袋を大人・子ども用合わせて50袋を用意。順番に福引をして、福袋を受け取った人たちはワクワクした様子で開封し、「普段読まない本が入っている」「新刊を読むのが楽しみ」と笑顔で話していました。

館内には手作りの辰の絵馬を用意しており、子どもたちは「テストで100点を取りたい」「お姉ちゃんお兄ちゃんとたくさん遊ばすように」など願い事を書いていました。



### 1/9 大谷選手から小学校にグローブが届く

大リーグで活躍する大谷翔平選手が全国およそ2万校の小学校に寄贈したグローブが市内10校の小学校にも届き、9日の始業式に児童にお披露目されました。グローブは、右利き用2個、左利き用1個の計3個でグローブとともに、大谷選手からの手紙が同封されており、「野球しようぜ」というメッセージが記されていました。

※写真の手紙は、実際の手紙をもとに児童が読みやすいように文字を大きくしたものです。



### 1/12 「社会を明るくする運動」作文で県2位!

第73回「社会を明るくする運動」作文コンテストの小学生の部で、下川大翔さん(一ノ谷小6年)が県2位を受賞。また、同運動への貢献が認められ、香川県知事より豊浜中学校に感謝状が贈られ、佐伯市長に報告しました。佐伯市長は「人の気持ちに寄り添うことが大切。これからも優しさと思いやりの気持ちを持ち、人と接して行ってほしい」と話していました。



### 子どもたちのふるさと応援活動

小・中学生が、地域のあちこちで活躍中! さまざまな取り組みを紹介します。

#### 1/23 栗井小学校 栗井保育所で、図書委員会児童が大型絵本の読み聞かせを行いました。



#### 1/30 常磐小学校 6年生卒業プロジェクトの一環として思い出深い通学路でごみ拾いをしました。

