

かんおんじタウン情報

4/23 就職説明会に地元企業など56事業所出展

来年の卒業予定者や既卒者、中途採用希望者を対象とした就職説明会を、ハイスタッフホールで三豊市と合同開催しました。製造や金融、医療など幅広い業種から56事業所が出展し、各企業のブースで企業の魅力や仕事の内容などを学生らに説明しました。専門学校に通う女性は、「市内で就職を希望している。担当の方が優しく説明してくれ、企業の雰囲気もつかめて有意義だった」と話していました。



5/7 親子でわくわく、プログラミングに挑戦

中央図書館で「キッズ図書館員になろう！親子プログラミング教室」が開催され、親子22人が参加しました。自分でゲームを作り攻略する教材を活用して、コンピューターでのプログラム作りを分かりやすく学びました。小学2年生の女の子は、ゲームをクリアして思わずガッツポーズ。「プログラミングは初めて。難しかったけど、楽しかった」と話していました。



4/2~ 観音寺で発行されていた！希少な私札を展示

観音寺私札を広く知ってもらおうと、世界のコイン館で、岡達さん（杵田町）が45年間収集した私札や富くじを展示しました。観音寺私札は、幕末から明治時代初期に栄えていた観音寺下市町（現在の観音寺町・大和付近）で、「平」の屋号の私人が発行したもの。岡さんは「この私札について知っている人がいれば、発行者や当時の状況を教えてほしい」と話していました。



4/28 ホーム沿いに咲き誇るツツジがお出迎え

「ツツジの駅」で知られるJR豊浜駅で、約250株のピンクや赤色のツツジが見ごろを迎えました。ことしも新型コロナウイルスの影響でつつじ祭りは中止に。ツツジを管理する須賀自治会の斎藤光卓会長は「多くの人にきれいなツツジを見てもらえるよう、自治会で力を合わせて草刈りや消毒作業を行っています。来年こそはイベントを開催したい」と話していました。

昨年、豊浜小学校児童卒業を記念して植栽したツツジが花を付けました！



4/8 交通事故を防ごう！沿道でキャンペーン

交通事故が発生しやすい早朝に、市役所前の県道で交通安全キャンペーンを行いました。市交通対策協議会が主催し、市職員や観音寺警察署員、交通安全推進に取り組む市民など約90人が参加。佐伯市長は「香川県は人口10万人あたりの交通事故死者数が全国ワースト3と厳しい状況。事故を絶対起こさないという気持ちを一人ひとりが持ってほしい」と呼び掛けました。



4/15 健康増進に役立てて！クイックテント寄贈

第一生命保険株式会社から、簡単に組み立て可能なクイックテント1張を寄贈いただきました。同社とは、昨年9月に健康長寿・スポーツ振興における連携協力に関する協定を締結。佐伯市長は「健康づくりのイベントはもちろん、災害時にも大いに役立つもの」と謝辞を述べました。クイックテントは、スポーツイベントなどで活用させていただきます。



4/21・22 親子で手作りこいのぼり

こどもの日を前に、子育て支援センターほっとはうす萩で、紙皿を活用したこいのぼり作りが行われ、親子63人が参加しました。うろこに好きなアニメキャラクターを描いたり、キラキラと輝く瞳を描いたり、思い思いに制作していました。参加した7歳の女の子は、完成したこいのぼりを手に「上手にできて嬉しい。家に飾りたい」と話していました。



4/20~ 健やかな成長願い、勇ましい武者人形展示

端午の節句を身近に感じてもらうと、ふるさと学芸館で5月末まで、市民から寄贈された約100体の武者人形やこいのぼりなどを展示しました。鎧兜（よろいかぶと）や張り子の虎などが並べられ、迫力満点。中には100年近く前の貴重な人形も。訪れた人は「立派な人形を見ることができ、感激した」と話していました。運動場には、約30匹のこいのぼりが晴空を悠々と泳いでいました。



健康だより

問 健康増進課

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

がん集団検診（観音寺地区）

新型コロナウイルス感染症に留意しながら、年に1度は受けましょう。申し込みがまだの人は問い合わせてください。予約期間が終了しているため、空きのある日程を案内します。

時 6月13日(月)～7月1日(金)

所 保健センター

内 胃がん、乳がん、子宮頸がん

対 胃がん、乳がん 40歳以上
 子宮頸がん 20歳以上

注 ・時間予約制のため、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3年度に受けた人は受けられません。
 ・令和3年度に市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。
 ・大野原地区（7月実施）、豊浜地区（8月実施）は5月末より受け付けしています。

申問 健康増進課 成人保健係 ☎ 23-3964

肝炎ウイルス検診

肝臓に炎症が起き、肝細胞が壊れて働きが悪くなる病気を「肝炎」といいます。

肝臓の病気といえばお酒の飲み過ぎを思い浮かべる人が多いと思いますが、ウイルスによる肝炎の場合もあります。感染していても多くは自覚症状がないため、次第に肝硬変や肝臓がんへと進行することがあります。

もし肝炎ウイルスに感染していたとしても、早期発見・治療で対処が可能です。少量の採血により検査を行います。

時 6月1日(水)～10月31日(月)の診療時間内

所 特定健康診査実施医療機関と同じ

対 節目対象者

40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳（令和5年4月1日時点）になる人で、過去に市の肝炎ウイルス検診を受診していない人

節目外対象者

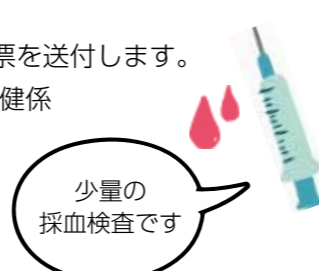
41歳以上で、過去に市の肝炎ウイルス検診を受診していない人

料 年齢・検査内容により異なるため、問い合わせてください。

注 節目対象者には受診票を送付します。

申問 健康増進課 成人保健係

☎ 23-3964



HPV(子宮頸がん)ワクチン予防接種



HPVワクチンは、国の検討部会でワクチンの安全性に特段の懸念がないことや、接種による有効性が副反応のリスクを明らかに上回ると認められたため、積極的に接種の勧奨を行うことになりました。これまで積極的な接種の勧奨が差し控えられていたために、接種の機会を逃した人も接種を受けることができます。対象者には、順次予診票を送付します。

問 健康増進課 母子保健係 ☎ 23-3964

対 平成9年4月2日～平成23年4月1日生まれ的女性（接種期限）

●平成9年4月2日～平成20年4月1生まれ
 →令和7年3月31日まで

●平成20年4月2日～平成23年4月1生まれ
 →高校1年生相当の年度末まで

料 無料（香川県内の医療機関）

注 対象者のうち、平成25年度以降に自費でHPVワクチンを接種した人は問い合わせてください。

新型コロナウイルス感染拡大の状況により、行事が中止・延期となる場合があります。

高齢者定期予防接種 自己負担金免除対象世帯証明書類 いずれか1種類で良くなります

令和4年7月より、高齢者定期予防接種（肺炎球菌・インフルエンザ）の自己負担金免除対象世帯の証明方法が変わります。これまでどおり、窓口で発行する証明書（①）の他に、下表の書類（②～⑤）のいずれか1種類でも証明できるようになります。

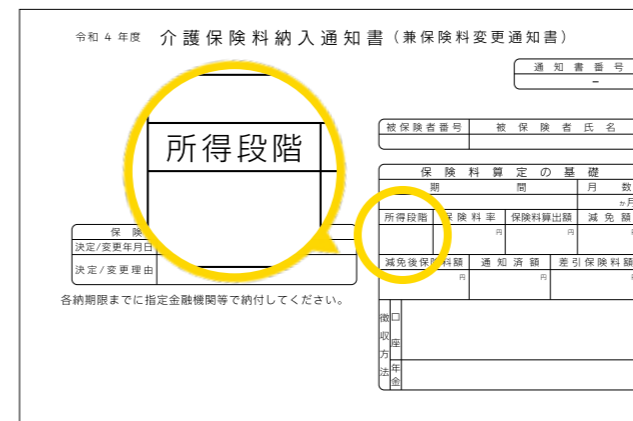
対 高齢者定期予防接種の対象者で予診票が送られた人のうち、住民税非課税世帯または生活保護世帯に属する人

問 健康増進課 母子保健係 ☎ 23-3964



免除対象者	必要書類（いずれか1つ）
住民税非課税世帯の人	<ul style="list-style-type: none"> ・「自己負担金免除対象世帯証明書」（従来の書類）① ※健康増進課または各支所で申請してください。 ・「介護保険料額決定通知書」の写し② （65歳以上の人に7月以降に順次税務課より送付されます） ・「介護保険料変更通知書」の写し③ （本市に転入された人、介護保険料額が変更になった人などに送付されます） ・「介護保険負担限度額認定証」の写し④
生活保護世帯の人	<ul style="list-style-type: none"> ・「自己負担金免除対象世帯証明書」（従来の書類）① ・「生活保護受給証明書」（原本）⑤
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・②③は令和4年度のもの、④は有効期限内のものを提出してください。 ・②③④は、医療機関へ提出する際はA4サイズに印刷して提出してください。 ・⑤は令和4年度発行で使用目的が予防接種のものを提出してください。 ・②③は所得段階が第1～第3段階までの人が対象です。紛失した場合は再発行できません。また、未申告の人は使用できませんので、必ず税務課で申告を済ませてください。

所得段階は、介護保険料の通知書で確認できます。第1～第3段階の人が対象です。



介護保険料納入通知書（兼 保険料変更通知書）



介護保険料額決定通知書

ワクチン4回目接種を実施します

新型コロナウイルスに感染した場合の重症化予防を目的として、ワクチンの4回目接種を実施します。

- 対象 ①②のどちらかに該当する人
- ①60歳以上の人
 - ②18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する人その他重症化リスクが高いと医師が認める人

- (参考) 基礎疾患を有する人の定義
- 1 以下の病気や状態で通院・入院している人
 - ①慢性の呼吸器の病気
 - ②慢性の心臓病(高血圧を含む)
 - ③慢性の腎臓病
 - ④慢性の肝臓病(肝硬変等)
 - ⑤インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病
 - ⑥血液の病気(鉄欠乏性貧血を除く)
 - ⑦免疫の機能が低下する病気(治療中の悪性腫瘍を含む)
 - ⑧ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
 - ⑨免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
 - ⑩神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障害等)
 - ⑪染色体異常
 - ⑫重症心身障がい(重度の肢体不自由と重度の知的障がいとが重複した状態)
 - ⑬睡眠時無呼吸症候群
 - ⑭重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、または自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する場合)や知的障がい(療育手帳を所持している場合)

2 基準(BMI 30以上)を満たす肥満の人
※BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

- 使用するワクチン
ファイザー、モデルナ
- 接種間隔
3回目接種から少なくとも5カ月後
- 接種券の発送
- ①60歳以上の人
3回目接種が完了した人に対し、段階的に接種券を発送する予定です。
- ②18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する人
18歳以上60歳未満で3回目接種を終えている全ての人に案内はがきを発送します。内容を確認の上、基礎疾患に該当する場合は各自申し出てください。申し出をした人に対し、接種券を発送する予定です。

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
☎25-5900

年に1回、健康診査を受けましょう

生活習慣病の早期発見のため、健康診査を実施します。5月末に対象者に受診券を送りますので、事前予約の上、受診してください。現在、かかりつけ医で定期的に受診している人も対象です。

健診の結果で特定保健指導の対象になった人は、専門スタッフが一緒に生活習慣を見直します。
時 6月1日(水)～10月31日(月)の診療時間内
所 市が指定する観音寺・三豊市内の健診実施医療機関

申問 健康増進課 成人保健係 ☎23-3964

5月末ごろに受診券を送ります。
必ず中を確認してください。



年に1回の健康診査を習慣にし、いつまでも健康で過ごせるよう、まずは自分の体のことを知りましょう！

- 国民健康保険特定健康診査
対 本年度中に40～74歳になる国民健康保険加入者
料 1,000円
※40歳・45歳・50歳・55歳・60歳(令和5年3月31日時点)になる人は無料です。
- 注 国民健康保険以外の人は加入している医療保険者に問い合わせてください。
- 後期高齢者健康診査
対 後期高齢者医療の資格がある人
料 500円
注 介護保険施設などの入所者で受診を希望する人は連絡してください。

【健康で過ごすためのワンポイント】

最近、運動をしていますか？運動は生活習慣病を予防する上で大切です。いつまでも健康で過ごすために、普段の生活にプラス10分！体を動かしてみませんか。

例えば・・・

- ・エレベーターを使わず階段を使う
- ・入口から遠い駐車場に止める
- ・テレビを見ながらストレッチをする



まずは自分にできることから始めてみましょう

学校給食 食育コーナー

学校給食課 ☎57-6660



〈献立〉観音寺学校給食センター

- 麦ごはん ●牛乳 ●かみかみあえ
- 釜揚げいりこのフライ
- わかめのみそ汁 ●河内晩柑

よくかんで食べて、丈夫な歯に！

軟らかく食べやすい食品が多くなり、よくかんで食べるのが少なくなっています。あえ物に、昆布やゴボウ、ちりめん、ゴマを使うことでかむ回数が増え、かむことを意識した食事ができます。また、昆布やちりめん、ゴマには、歯をつくる栄養素のカルシウムも含まれています。よくかんで食べて、丈夫な歯をつくりましょう。

かみかみあえ 材料 (4人分)

すき昆布3g、キャベツ100g、ニンジン・キュウリ・ゴボウ各40g、トウモロコシ(缶)15g、ちりめん5g、ゴマ小さじ2

【調味料】

薄口しょうゆ・りんご酢各小さじ2、米油・上白糖各小さじ1

作り方

- ① すき昆布は水に浸けて戻し、ゆでて冷ます。昆布が長い場合は2cmほどに切る。
- ② ちりめんは焼いて冷まし、ゴマは煎ってする。
- ③ キャベツは太めの千切り、ニンジンは千切り、キュウリは5mmの輪切り、ゴボウはさがぎにする。
- ④ トウモロコシは缶から出し、水気を切る。
- ⑤ キャベツ、ニンジン、ゴボウをゆでて冷まし、水切りをする。
- ⑥ 調味料を混ぜ合わせ、全ての材料とあえる。

香川県後期高齢者医療加入者対象 重度心身障がい者等の医療費 8月診療分から自動償還払いになります

香川県後期高齢者医療に加入する重度心身障がい者が県内外の医療機関を受診した際に、医療費支給申請書を提出する必要がなくなります。医療機関の窓口でいったん医療費を支払うことに変更はありません。

令和4年7月までの受診分については、これまでどおり医療費支給申請書の提出をお願いします。(申請期限は診療月から5年までです)

- 注・医療機関を受診する際は、健康保険証と受給資格者証を提示してください。
- ・医療機関と香川県後期高齢者医療広域連合との連絡状況や審査などの理由で、市からの支給が遅れる場合があります。
- ・香川県後期高齢者医療以外の保険(社会保険、国民健康保険など)に加入している人は、助成方法に変更はありません。

問 健康増進課 国保医療係 ☎23-3927

自動償還制度の流れ

- 1 医療機関を受診(歯科・調剤薬局を含む)
- 2 受給資格者証と保険証などを提示
- 3 医療費を病院窓口で支払う
- 4 原則3カ月後の市指定日(月末ごろ)に指定口座へ振り込み

