



新型コロナウイルスワクチン接種事業は令和5年3月31日まで。 接種を希望する場合は早めの接種を検討してください

(令和5年2月14日現在)

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

ワクチン接種についてのQ&A

Q 公費での新型コロナウイルスワクチン接種は4月以降も延長されますか？

A 令和5年2月14日現在、厚生科学審議会予防接種・ワクチン分科会で議論されており、必要と考えられる接種は、令和5年4月以降も自己負担なく接種を受けられるよう検討されています。いつまで自己負担なく接種を継続するかは、当該分科会でのワクチンの効果の持続期間や接種間隔等に関する議論を踏まえて判断されます。

Q 12歳以上で2～4回目接種済みですが、次の接種券は届きますか？

A 令和4年12月末までに2～4回目接種が完了した12歳以上の人には接種券を送付しています。紛失などで手元にない場合は再発行申請をしてください。
※オミクロン株対応2価ワクチン(BA.1またはBA.4-5)を接種した人、令和4年11月8日以降に武田社(ノババックス)の従来ワクチン(1価)を追加接種した人は次回の接種がないので接種券発行対象外です。

<接種券(再)発行申請方法>

①コールセンターに電話

観音寺市新型コロナウイルスワクチンコールセンター

☎0120-097-088

(日曜・祝日除く午前8時30分～午後5時30分)

②インターネットから申請

<再発行申請>



・12歳以上(1～5回目)
・小児(5～11歳、1～2回目)

<接種券発行申請>



小児(5～11歳、3回目)

乳幼児(生後6カ月～4歳、初回)



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た上、本人の意思で接種を判断してください。周囲へ接種を強制したり、接種していない人へ差別的な対応をしたりすることはあってはなりません。



令和5年度 観トレ



観トレとは？

観トレは、健康運動指導士による「立つ・座る・歩く」の運動を中心とした介護予防教室です。椅子に座って行う体操が基本となり、自分のペースで参加することができます。

体力や筋力アップを目指すことで、参加者の皆さんが介護状態にならずに地域で生活を楽しめるように支援します。先生や仲間と一緒に楽しく運動してみませんか？

●日時・場所 下記の①～⑤の中からいずれか一つ

曜日	火曜日 午後1時30分～ 午後2時30分	水曜日 午前10時～ 午前11時	金曜日 午前10時～ 午前11時
第1週目			④大野原会館
第2週目	①豊浜中央公民館	②ハイスタッフホール	
第3週目		③ハイスタッフホール	⑤大野原会館

- 対象 市内在住で65歳以上の人
- 料金 無料
- 定員 各教室60人(先着順)
※事前申し込みが必要です。

●申し込み方法
地域包括支援センターへ電話してください。

●申し込み期間
3月6日(月)～10日(金)
午前8時30分～午後5時15分

問い合わせ先
高齢介護課 地域包括支援センター
☎25-7791
☎24-8891



ごみの減量と分別にご協力ください

ごみ出しのマナーについて

ごみステーションは、自治会を中心とした地域住民の皆さんなどの協力により、維持管理されています。

ごみ出しは、当日の午前8時までに決められた場所に出しましょう。

前日や曜日を間違えてごみを出すと、犬やカラスに荒らされることがあるため、注意してください。

分別ルールを厳守し、皆で気持ち良く利用しましょう。



生ごみの水切りにご協力を！

観音寺市の可燃ごみの約60%が水分です。台所の三角コーナーや排水口にネットをかけ、ごみ袋に入れる前に水分を取り除くことで、ごみの減量化、処分費用の削減につながります。

家庭でできること

- ☑生ごみを水にぬらさない
- ☑乾かしてごみに出す
- ☑ごみ出し前に水分を絞る



生ごみ処理機設置事業補助金

家庭から排出されるごみの減量化を促進するため、生ごみ処理機を購入する世帯(個人)に対して費用の一部を補助します。

補助金額 購入金額の2分の1以内(上限2万円)



問い合わせ先 生活環境課 ☎25-2698

健康だより

健康増進課

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

予防接種を受け忘れていませんか

3月31日までが公費助成の対象です。まだの方は早めの接種をお願いします。

①麻しん風しん混合2期ワクチン

対 平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ

②高齢者肺炎球菌予防接種

対 ・本年度に下表の年齢となる人で、過去に23価肺炎球菌予防接種を受けたことがない人
 ・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

健康増進課 母子保健係 ☎23-3964

年齢	年齢
65歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生まれ
70歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ
75歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生まれ
80歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生まれ
85歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生まれ
90歳	昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生まれ
95歳	昭和2年4月2日～昭和3年4月1日生まれ
100歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日生まれ

男女共同参画

企画課 男女共同参画推進室 ☎23-3917 ☎23-3920

家庭で取り組む防災～普段の生活の中でできることから始めてみよう～



防災士/観音寺市男女共同参画推進会議委員
 荻田 知歌子さんに聞きました!

「災害に備えて何かしなければ」と意気込むと、気がついてしまうので、日常生活の中に防災を取り入れることで無理なく防災対策をすればいいと思います。例えば、普段食べているレトルト食品を一食分多めにストックする、子どもと遊ぶ際に防災の絵本や歌を取り入れるなどです。日常生活の延長でできることから気軽に始めてみましょう。

また、性別や年齢に関係なく地域活動に参画し、近所の人たちと面識を作っておくことで、いざという時に不安を少し和らげることができるはず。性別によらず、おのおの得意なことを生かしながら地域全体で助け合っていけたらいいですね。



家族1人につき! 防災ポーチ

コンパクトに収まる防災ポーチなら気軽に持ち歩けます。マスク、タオル、携帯充電バッテリーなどに加え、家族構成に合わせた必需品を入れておきましょう。定期的に見直しを!



荻田さんが実際に使用している防災ポーチ

重要なお知らせ 結核・肺がん検診と大腸がん検診

令和5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

- ・感染対策のため、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。申し込みをせず直接会場に来ても受診できません。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 ☎23-3964



国民健康保険・後期高齢者医療加入者対象

1日人間ドックの申し込み受け付けを開始します

問い合わせ先 健康増進課 国保医療係 ☎23-3927 ☎25-5900

- 対象
 - ①国民健康保険に加入し、令和5年4月1日時点で満35歳以上(昭和63年4月2日以前生まれ)の人
 - ②後期高齢者医療に加入し、本市に住所がある人
- 受診場所

三豊総合病院企業団
 健康管理センター
- 受診できる期間

4月3日(月)～令和6年3月15日
 (金)(土・日曜日、祝日を除く)
- 自己負担金

15,000円(受診時支払い)
 ※オプション検査は別途料金が必要
- 申し込み方法

受診希望月に応じた受付日に、電話で申し込みください。
 (市役所窓口では申し込み不可)
 ※申込者全員の保険証を手元に準備の上、電話してください。
- 定員

1100人
- 注意

受診時に国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者資格を喪失(社会保険などに加入)している人は受けられません。

自己負担金

検査名	自己負担金
基本部分	15,000円
PSA(前立腺がん検診) ※50歳以上対象	1,500円
子宮頸がん検診 ※35歳以上対象	1,600円
マンモグラフィー(乳がん検診) ※40歳以上対象	2D 3,000円 3D 4,700円

申し込み専用電話番号 ☎24-8031

受診希望月	電話申込日	受付時間
4月～9月	3月9日(木)	午前8時30分～ 午後5時15分
全日程 (4月～令和6年3月)	3月10日(金)	

- ・受付開始直後は電話が大変混みます。つながらない場合は、時間を空けてかけ直してください。
- ・申込日に申し込みができない人は、3月13日(月)以降、健康増進課(☎23-3927)まで問い合わせください。

1日人間ドック 検査内容

身体測定	身長、体重、BMI、腹囲、視力、聴力
診察	内科診察、血圧測定
尿	タンパク、糖、潜血 など
眼底	眼底検査
便潜血	便潜血反応
血液	脂質、腎機能、肝機能、肝炎ウイルス、糖代謝、尿酸、血液一般検査
腹部超音波	胆のう、肝臓、腎臓、膵臓等検査
心機能	心電図
胸部	胸部X線
肺機能	肺活量
胃部	胃カメラ ※希望する人はバリウムに変更できます(火曜日・木曜日受診の人のみ)

全額自費オプション検査内容

コース名	内容
乳房超音波検査 ※月・金、1日2人、火・水・木、1日3人	マンモグラフィーに追加
肺がんCT検診	胸部CT検査
脳ドック	高次脳機能検査、頭部MRI・MRA、頸部MRA、診察
頸動脈超音波検査 ※月・金、1日1人	脳ドックに追加
膵がんMRCP検診 ※月・水・金、1日2人	MRCP(MRI) 腫瘍マーカー(CA19-9・Span-1・DUPAN-2)
ABC検診(胃がんリスク検査)	ヘリコバクター・ピロリI・gG抗体検査、ペプシノゲン検査(採血項目に追加)
腫瘍マーカー検診	AFP・CA19-9(肝臓・膵臓・胃・大腸など主に消化器のがん)(採血項目に追加)
腸内フローラ検査	腸内細菌検査
Lox-index	脳梗塞・心筋梗塞の発症リスク検査
sd-LDLコレステロール	超悪玉コレステロール検査
View39	39種類アレルギー検査

4月より4項目追加(外注委託検査)

全額自費 オプション検査
 オプション検査を希望する人は、受診日決定後、三豊総合病院企業団へ電話で申し込みください(市役所では申し込み不可)。金額や内容など、詳しくは問い合わせください。
 受付開始日 3月24日(金)
 申し込み・問い合わせ先
 同企業団健康管理センター
 ☎52-2726(直通)