

# 新型コロナワクチン接種情報

(5月18日時点)

菊陽町新型コロナワクチン  
コールセンター  
☎(234)7077 詳しくはこちら



最新の情報は、随時ホームページをご確認ください。(右上のQRコードから)

## 「令和5年春開始接種」を実施しています

◆対象者 最後の接種から3カ月以上経過している以下の人

- 65歳以上の人
- 5～64歳の人で次のいずれかに該当する人
  - (1)基礎疾患がある人
  - (2)重症化リスクが高いと医師が認める人
  - (3)医療従事者や高齢者施設・障がい者施設などの従事者

◆実施期間 8月末まで

◆使用するワクチン ファイザー社製のオミクロン株対応ワクチン

◆接種会場 町内の医療機関(17会場)



令和5年春開始接種  
詳しくはこちら

7月以降は医療機関を集約する  
可能性があります。  
接種を希望する人は早めに予約  
してください。

### 接種券を持っていない人へ

これまでお送りした接種券が未使用であれば、そのまま使用することができます。接種券を紛失した人や5～64歳以下の人で、基礎疾患などを理由に対象者の要件に該当する人は、接種券の発行申請をしてください。(右のQRコードから申請できます。)



接種券発行  
申請フォーム

## 6月は食育月間です



健康・保険課 ☎(232)4912

「食育」とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を「育む」ことです。食べることは生涯にわたって続く基本的な営みで、子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は重要です。

### 朝ごはんをきちんと食べる



朝ごはんは1日のパワーの源です。朝ごはんを食べると寝ている間に低下した体温が上昇し、一日の活動準備が整います。

### 共食(きょうしょく)の機会を増やす

誰かと一緒に食卓を囲んで、共に食べることを「共食」といいます。共食を通して、食事のマナー、栄養バランスを考える習慣や、食べ物や食文化を大事にする気持ちなどを伝えてみませんか。



### 栄養バランスを整える

食事を作ったり、選んだりするときに、主食、主菜、副菜を組み合わせ、栄養バランスの取れた食事を意識しましょう。



### 食品ロスについて考える

食品ロスは、売れ残りや期限切れの食品、食べ残しなど、食べられるのに捨てられる食料です。すぐ食べるものは賞味期限の近いものを買ったり、食べきれる分量を作るなど、食品ロスを減らすよう心がけましょう。

### 災害時に備え、家族構成や健康に応じた食品を備蓄する

いつ起こるか分からない災害に備え、食料、飲料、生活必需品など備蓄しましょう。防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用している食品などを備えるようにしましょう。



## 健康情報



### 子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券をご利用ください

健康・保険課 健康増進係 ☎(232)4912

女性特有の子宮頸がんや乳がんは、若い世代で増加しています。町では、多くの女性に検診を受けてもらうため、子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券を5月下旬に対象者へ送付しました。町が実施する子宮頸がん・乳がん検診で使用できますので、ぜひ、この機会に検診を受けましょう。受診方法など、詳しくは同封の文書をご覧ください。

4月21日以降に転入した対象者はお問い合わせください。



◆対象者

令和5年4月20日現在で町に住居票があり、次の生年月日に当てはまる女性。

子宮頸がん検診	平成14年4月2日 ～平成15年4月1日
乳がん検診	昭和57年4月2日 ～昭和58年4月1日

◆料金 無料

(町負担額：子宮頸がん検診 6,798円  
乳がん検診 7,590円)

### 年に1度は健康チェック

## 医療機関で特定健診を行います

健康・保険課 国保・年金係 ☎(232)4912

体の異常は見た目だけでは判断できません。年に1回の特定健診で、体からのサインを見逃さないようにしましょう。

◆期間 6月1日(休)～12月末

◆場所 町内の指定医療機関

◆対象者

- 40歳以上(年度内に40歳となる人を含む)の国民健康保険加入者
- 後期高齢者医療加入者
- 生活保護受給者(40歳以上)

◆内容

問診、身体測定(身長・体重・腹囲)、血圧、診察、血液検査(脂質・肝機能・血糖・腎機能)、尿検査など

◆自己負担額

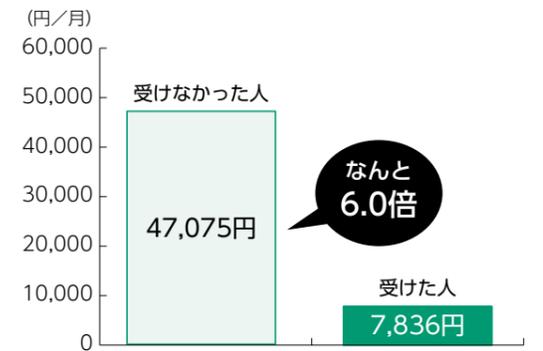
- 国民健康保険被保険者 1,000円
- 後期高齢者医療被保険者 800円
- 生活保護受給者 無料



◆申込方法

3月中に申し込んだ人に、5月下旬に案内通知を送付しました。まだ申し込んでいない人で、健診を希望する人は、お問い合わせください。  
※実施期間や指定医療機関などが変更になる場合があります。

特定健診を受けた人と、受けていない人では、1カ月でこんなにも医療費に差が!



令和3年度町国民健康保険加入者  
※1カ月当たりの生活習慣病医療費を基に計算