

## ●高齢者の予防接種

個別接種	予防接種名	接種回数	対象者	接種期間	備考	下に該当される人は、必ず事前に健康推進課にて手続きが必要です！
個別接種	高齢者インフルエンザ	1回	①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、又は呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいをおよびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをおよぼす人	R8年10月1日～ R9年1月31日	接種期間にご注意ください。	1. 市外医療機関での接種を希望される人 2. 予防接種費用が無料になる人 (次の①②に該当される人) ①生活保護世帯の人 ②非課税世帯の人 ※手続きには本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)が必要です。
	高齢者新型コロナ(COVID19)	1回	①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、又は呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいをおよびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをおよぼす人			
	高齢者肺炎球菌感染症	1回	①65歳の人 ②60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、又は呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいをおよびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをおよぼす人	通年	・対象者①には誕生日の翌月にハガキを送付します。	
	高齢者帯状疱疹	1回 または 2回 (※)	①今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人 (対象となる生年月日は4月号広報にて掲載しています) ②60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをおよぼす人	R8年4月20日～ R9年3月31日	・対象者①には4月中旬頃にハガキを送付いたします。 ※ワクチンの種類によって、接種回数が異なります。	

## ●特定健康診査

年に一度のチャンス

“無料”で受けられます！

### LINEで特定健診予約

夜間や休日の空いた時間に  
手軽にLINEで予約ができます

こちらのQRコードから



◆対象：30～74歳の国民健康保険に加入されている人

◆実施期間：6月～12月末

◆費用：無料

◆必要なもの：受診券、質問票、マイナ保険証もしくは資格確認書

◆検査内容

問診、診察、身体計測、血圧、尿検査（尿糖・尿蛋白）、心電図、  
血液検査（脂質検査・血糖検査・肝機能検査・腎機能検査・痛風検査）  
眼底検査（医師の判断により検査）

◆実施場所

個別⇒市内・市外登録医療機関

（御所市のHPまたはお電話でお問い合わせください。）

集団⇒日程等は5月に発送予定の特定健診案内をご確認ください。

（30歳代の方は集団健診のみ対象）



## ●その他の成人事業

### ●健康診査

\*対象者\*

今年度中に40歳以上になる人で  
生活保護世帯の人

\*費用：無料

\*内容\*

身長・体重・腹囲・血圧測定・  
尿検査・血液検査等

\*実施期間：6月～12月末

\*実施場所：市内登録医療機関

\*申し込み：福祉課保護係まで



### ●歯周疾患検診

歯および歯周組織の状態をみる検診です。

\*対象者\*

今年度中に満20歳、30歳、40歳、50歳、  
60歳、70歳になる節目の人

\*費用：無料

\*個別に市内実施歯科医院で受診してくだ  
さい。（12ページ参照）

\*実施機関：R8年5月～R9年2月末



令和8年度から骨粗しょう症検診は  
個別検診になります

詳しくは広報をご覧ください

※今年度対象となる方には案内通知をお送りします



### 始めよう！適塩生活

- 一、外食や加工食品を控えよう
- 二、めん類の汁は残しましょう
- 三、しょうゆはかけずにつけましょう
- 四、旨み・酸味・辛味・香りを  
使って美味しく薄味にしましょう
- 五、野菜をたっぷり摂りましょう



毎月17日は  
減塩の日！

※健康・栄養相談はいきいきライフセンターで  
実施しています。詳細は広報をご覧ください。

### ●健康づくりボランティアグループ

※開催日・場所 については変更になる場合があります。毎月の広報をご確認ください。

	費用	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
スマイル太極拳		10日(金) 24日(金)	8日(金) 22日(金)	12日(金) 26日(金)	10日(金) 24日(金)	7日(金) 28日(金)	11日(金) 25日(金)	9日(金) 23日(金)	6日(金) 27日(金)	4日(金) 18日(金)	8日(金) 29日(金)	5日(金) 26日(金)	12日(金) 26日(金)
レッツウォーキング	無料		12日(日)	10日(日)	14日(日)			13日(日)	11日(日)	8日(日)	13日(日)		14日(日)
GOGOウォーキング 倶楽部			26日(日)	26日(火)	19日(金)			24日(木)		17日(火)			
ハンドベル		保育所や高齢者施設等、出張で演奏しています。演奏会のご要望があればお気軽にお声掛けください♪											

