

## 10～11月の集団がん検診

### ■持ち物 受診券、負担金

### ■注意事項

- ▶発熱や風邪症状がある方や、本人または同居家族がPCR検査対象の方は検診をお断りする場合があります。
- ▶待ち時間が長くなる場合があります。
- ▶予約が必要な検診は受診券を用意し、健康対策課へ電話で予約してください。(定員になり次第受付終了)

### ■肺がん集団検診(予約不要)

#### ▶会場① ふれあいの里

実施日	受付時間
10月6日(木)	午前9時～11時
10月18日(火)	午前9時～11時、午後1時～3時
11月11日(金)	午前9時～11時、午後1時～3時
11月28日(月)	午前9時～11時

#### ▶会場② 淀江体育館

実施日	受付時間
10月4日(火)	午前9時30分～11時30分 午後1時～3時
10月5日(水)	午前9時30分～11時30分

### ▶対象者

- ①胸部レントゲン検査 40歳以上の方
- ②「たん」の検査  
50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方(元喫煙者を含む)、加熱式タバコは「カートリッジの本数」を「喫煙本数」に読み替え。

### ■胃がん集団検診・乳がん集団検診(要予約)

実施日	場所	受付時間
10月11日(火)	淀江支所	午前8時30分～11時
10月23日(日)	ふれあいの里	
11月2日(水)	ふれあいの里	
11月13日(日)	ふれあいの里	
11月23日(水・祝)	ふれあいの里	

- ▶対象者 ▶胃がん検診 40歳以上の方  
▶乳がん検診 40歳以上の女性  
※乳がん検診は、昨年度受診した方を除く。

### ■子宮頸がん集団検診(要予約)

実施日	場所	受付時間
10月23日(日)	ふれあいの里	午前9時～11時
11月23日(水・祝)		

- ▶対象者 20歳以上の女性

☎健康対策課(☎23-5472、FAX23-5460)

## 10月以降の新型コロナワクチン接種

ふれあいの里などでの集団接種と、個別医療機関でワクチンを受けられる予定です。最新の情報は市ホームページやコールセンター(☎0570-002-741)でご確認ください。

☎健康対策課新型コロナワクチン接種推進室  
(☎21-4080、FAX21-8708)

## 簡単にワクチン接種証明書を発行できます

マイナンバーカードを利用すると、簡単に新型コロナワクチン接種証明書を発行できます。

### ■発行方法

#### ▶コンビニエンスストアでの発行

- 店舗内の端末で手続きし、発行。(費用/120円)  
※セブン-イレブンのみ(9月6日時点)

#### ▶スマートフォンでの発行

- スマートフォンに「新型コロナワクチン接種証明書アプリ」をダウンロードし、発行。(費用/無料)

※マイナンバーカードと暗証番号(4桁)が必要です。

※海外用のコンビニ交付ができるのは、令和4年7月21日以降に海外用の接種証明書を取得し、その後旅券番号が変わっていない方です。

※国内では、接種時に交付する「予防接種済証」や「接種記録書」を接種証明書として利用できます。

☎健康対策課新型コロナワクチン接種推進室  
(☎21-4080、FAX21-8708)

## HPVワクチンを自費で接種した方への助成

HPVワクチンの積極的勧奨差し控えにより、定期接種の機会を逃し、令和4年3月31日までに任意接種を受けられた方に対し、接種費用を一部助成します。くわしい申請方法は市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

### ■対象者(次の条件の全てに該当する方)

- ▶平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれの女性
- ▶令和4年4月1日時点で米子市民であること  
※令和4年4月2日以降に転入された方は、転入前の自治体へ申請
- ▶高校1年生相当の3月31日までにHPVワクチンの定期接種を3回完了していないこと
- ▶定期接種の年齢を過ぎて令和4年3月31日までに国内でサーバリックス®かガーダシル®の任意接種を受け、その接種にかかる実費を自己負担していること※シルガード®9は助成の対象外です。
- ▶助成を受けようとする接種回数分について、キャッチアップ接種を受けていないこと
- ▶助成を受けようとする接種回数分について、他の自治体で補助や助成を受けていないこと

☎健康対策課(☎23-5472、FAX23-5460)

### 風しんの予防接種で赤ちゃんを守ろう

風しんは、成人がかかると小児に比べて症状が重くなる場合があります。また、妊娠初期の妊婦が感染すると、生まれてくる赤ちゃんに障がいを引き起こすことがあります。過去に風しん定期接種の機会がないため、風しん抗体保有率が低い世代の男性を対象に、令和6年度末まで風しんの抗体検査と予防接種を無料で実施しています。

#### ■対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

#### ■接種期限 令和7年3月31日

※対象の方には無料クーポン券を令和2年3月に送付しています。同封の案内文をご覧ください、まずは抗体検査を受けてください。紛失された場合は再交付しますので、健康対策課までご連絡ください。

※すでに抗体検査・予防接種をされた方は、対象外です。

☎ 健康対策課 (☎ 23-5451、FAX 23-5460)

### 「ネギトレ」動画で運動を日常に！

#### ■健康寿命延伸のためのトレーニング「ネギトレ」

健康寿命の延伸のために、米子市と鳥取大学医学部附属病院と社会福祉法人こうほうえんとの協働で、トレーニングプログラム「ネバーギブアップトレーニング（通称：ネギトレ）」を開発しました。その結果、100種類のトレーニングが完成しました。

#### ■動画を観ながら気軽に運動！

豊富な「ネギトレ」の中から、自分に合ったトレーニング動画を簡単に検索できるウェブサイトを開きました。筋力トレーニングや脳活性といったメニューがあり、座ったまま、寝たままの姿勢でも実施することができます。日ごろの健康づくりに、ぜひ動画をご活用ください！

#### ▶「ネギトレ」ポータルサイト

<https://negitore.jp/>

☎ 健康対策課 (☎ 23-5458、FAX 23-5460)



### 高齢者のインフルエンザ予防接種

65歳以上の方を対象に、インフルエンザ予防接種を実施します。

#### ■対象者

##### ▶ 65歳以上の方

令和4年12月31日までに65歳の誕生日を迎える方

##### ▶ 60歳以上65歳未満で、次に該当する方

心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいを有する者として厚生労働省令で認められた方(身体障害1級程度)

※ただし、本人が接種を希望する場合に限りです。

※対象の方には、受診券を郵送します。

#### ■接種期間 令和4年11月1日～令和5年1月31日

#### ■受け方

委託医療機関に電話で確認してから、受診。

※受診する際は、受診券を必ず委託医療機関に持参してください。(委託医療機関は受診券に記載)

#### ■負担金 1,200円

※市民税非課税世帯の方は600円、生活保護世帯の方は無料。

#### ■感染予防を心がけましょう

予防接種は重症化予防には一定の効果がありますが、感染を100%防ぐものではありません。手洗い・うがい・マスクを着用するなど、感染予防を心がけましょう。

☎ 健康対策課 (☎ 23-5451、FAX 23-5460)

### 胃がん・乳がん集団検診の日程が追加

胃がん検診・乳がん検診の集団検診日程が追加になります。定員になり次第、受付終了となりますので、お早めにご予約ください。

#### ■追加になった日程

令和5年1月9日(月・祝) 午前8時30分～11時

#### ■会場 ふれあいの里

#### ■予約方法 健康対策課へ電話

☎ 健康対策課 (☎ 23-5472、FAX 23-5460)