

新型コロナワクチン令和5年春開始接種

令和5年春開始接種が5月8日から始まりしました。3～6回目接種の方は1人1回無料で接種を受けられます。接種を希望される方は、8月31日までに新型コロナワクチン接種を実施している医療機関で接種してください。

■令和5年春開始接種の対象者

初回(1・2回目)接種を完了した方のうち、最終接種から少なくとも3か月以上経過した、次の①～③のいずれかに該当する方

- ① 65歳以上の高齢者
 - ② 5歳～64歳の基礎疾患を有する方など
 - ③ 医療機関や高齢者施設、障がい者施設等の従事者
- ※接種するためには接種券が必要です。65歳以上の方と4回目接種時に基礎疾患があると市へ申請された方は4月24日に接種券を送付しました。5歳以上で接種対象になる可能性のある方には、5月10日に接種券発行申込書を送付しました。

☎ 健康対策課 (☎ 21-4080 FAX 21-8708)

不妊専門相談センターへご相談を

鳥取県では、不妊や不育に悩む方が気軽に相談できるよう、「不妊専門相談センター」を開設しています。一人で悩まずに、まずは不妊専門相談センターにご相談ください。

■鳥取県西部不妊専門相談センター

不妊症看護認定看護師、不妊カウンセラー、助産師、胚培養士などが対応します。相談料は無料です。

▶場所 ミオ・ファティリティ・クリニック
(鳥取県米子市車尾南 2-1-1)

▶電話・面談での相談(日曜・祝日は休み)

要事前予約 (☎ 35-5209)

月・水・金曜日 午前10時～午後5時

火・木・土曜日 午前10時～正午

▶メール相談(24時間受付)

seibufuninsoudan@mfc.or.jp

☎ 鳥取県西部不妊相談センター (☎ 35-5209)

6月4日から10日は歯と口の健康週間

「虫歯予防デー」である6月4日からの1週間を、「歯と口の健康週間」としています。この機会に、歯と口の健康について考えてみませんか。

■歯を失う二大原因は虫歯と歯周病です

虫歯は虫歯菌が出す酸によって歯が溶ける病気です。歯周病は歯周病菌が出す毒素によって、歯周組織に炎症が起きる病気です。虫歯と歯周病は毎日の歯磨きなどのセルフケアで予防できます！正しい方法できちんと歯を磨いて、健康の土台づくりをしましょう。

■歯磨きの4つのポイント

- ① 磨く順番を決める
- ② 毎食後に磨く
- ③ 歯ブラシの角度を使い分ける
- ④ 鏡を見ながら磨く



歯ブラシの毛先が届きにくい歯と歯の間にはデンタルフロスや歯間ブラシを使いましょう。

☎ 健康対策課 (☎ 23-5452 FAX 23-5460)

第109回 一般公開健康講座

令和の世は、超高齢社会が進行する時代です。その中でできるだけ健康寿命を延ばして、豊かな生活を送るために、フレイルについて理解を深めていただきたいと思います。フレイルとは加齢に伴い筋力や心身の活力が低下した状態で、進行すると要介護状態になったりします。ですが、努力次第で改善する状態です。フレイルの原因・診断・治療・予防などについてお話しします。米子市フレイル対策推進課による「米子市の健康づくり！ワンポイント実践紹介」も実施します。

■演題 フレイルと健康長寿

■講師 根津整形外科医院理事長 根津 勝 先生

■とき 6月15日(木) 午後2時～3時30分

■ところ 米子市文化ホール メインホール

※入場無料、申込不要

☎ 鳥取県西部医師会 (☎ 34-6251 FAX 34-6252)

集団がん検診の予約は7月3日スタート！

集団がん検診を実施します。定員となり次第、受付終了となりますので、早めの予約をお願いします。

- 予約受付開始 7月3日(月)
- 予約方法 健康対策課へ電話(☎23-5472)
※お手元に受診券をご準備のうえ、ご連絡ください。

子宮頸がん集団検診(要予約)

- 会場 ふれあいの里
- ▶受付時間 午前9時～11時
- ▶実施日 9月3日(日)、11月23日(木・祝)

肺がん集団検診(予約不要)

- 会場 ふれあいの里

実施日	午前9時～11時	午後1時～3時
7月18日(火)	●	●
7月31日(月)	●	
8月9日(水)	●	●
8月31日(木)	●	
9月11日(月)	●	●
9月24日(日)	●	
10月17日(火)	●	●
10月27日(金)	●	
11月14日(火)	●	●
11月27日(月)	●	
12月17日(日)	●	

- 会場 淀江体育館

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

胃がん・乳がん集団検診(要予約)

- 会場 ふれあいの里
- ▶受付時間 午前8時30分～11時
- ※乳がん検診は、7月19日、8月4日、12月4日、1月25日のみ午後1時30分～3時30分に受付

実施日	胃がん	乳がん
7月17日(月・祝)	●	●
7月19日(水)		※(午後受付)
8月4日(金)		※(午後受付)
8月27日(日)	●	●
9月3日(日)	●	●
9月6日(水)	●	●
10月22日(日)	●	●
11月6日(月)	●	●
11月23日(木・祝)	●	●
12月4日(月)		※(午後受付)
12月10日(日)	●	●
12月22日(金)	●	●
1月25日(木)		※(午後受付)

- 会場 淀江支所

- ▶受付時間 午前8時30分～11時

実施日	胃がん	乳がん
9月5日(火)	●	●
10月6日(金)	●	●

- 会場 保健事業団

- ▶受付時間 午前8時30分～11時

実施日	胃がん	乳がん
12月1日(金)	●	●