

## 保健メモ

※午前の事業は7時、午後の事業は11時時点で市内に  
気象警報が発令されている場合、中止します。

### ● 受け忘れはありませんか？ 各種健診・予防接種

有効期限は3月31日まで

保健予防課(TEL918-5668 FAX918-5584)

※受診・接種方法や費用などは市ホームページで確認するか、お問い合わせください。

### ● 健診費用助成券

種類	回数	対象
健康まもりタイ健診 (特定健康診査)	1年に1回	40歳以上の国民健康保険加入者
後期高齢者健康診査		後期高齢者医療制度加入者
大腸がん検診、 胸部検診		40歳以上
胃がんリスク検診	5年に1回	40歳以上 ※過去に要精密検査となった人は除く
肝炎ウイルス検診	1回のみ	40歳以上 ※過去に同検診を受けた人は除く
乳がん検診	2年に1回	40歳以上の女性
子宮がん検診		20歳以上の女性

※年齢は令和5年3月31日時点

### ● 明石市風しん抗体検査費用助成クーポン券

対象/過去に同制度の助成を受けていない次の①または②に該当する人

①妊娠を希望する女性 ②妊婦の同居家族

※ただし、過去に風しんにかかった記録がある場合などは対象外となります。

### ● 風しん第5期定期接種クーポン券(風しんの抗体検査・予防接種)

対象/過去に同制度の助成を受けていない昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

※ただし、過去に風しんにかかった記録がある場合などは対象外となります。

予防接種は抗体検査の結果、抗体価が低い人のみ対象です。

### ● 高齢者肺炎球菌予防接種券

※有効期限を過ぎると全額自己負担の任意接種となります。

対象/過去に1度も接種していない次の①または②のいずれかに該当する人

①令和5年3月31日時点で、65歳～100歳の5歳刻み年齢の人。

※昨年度の延長措置あり。令和4年3月31日時点で上記年齢の人。

②60歳～64歳で心臓、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機能障害を有し、当該疾病単独で身体障害者手帳1級相当の人。

### ● 乳幼児健康診査など(対象児には個別で通知しています)・無料

問こども健康センター(TEL918-5656 FAX918-6384)

健診はすべて予約制です。個別の案内や市ホームページなどで確認し、予約を。変更や中止は、随時、市ホームページなどでお知らせします。

4か月児健診	対象/令和4年10月17日～11月14日生 場所/市内指定小児科医療機関など
10か月児健診	対象/令和4年5月生 場所/市内指定小児科医療機関
1歳6か月児健診	対象/令和3年7月生 場所/こども健康センター
2歳児歯科健診	対象/令和2年11月生 場所/市内指定歯科医療機関
3歳6か月児健診	対象/令和元年9月生 場所/こども健康センター

※対象期間・日に受診できない場合は、ご相談ください。

### ● 離乳食個別相談

管理栄養士による離乳食の個別相談を実施しています。離乳食について不安・疑問・悩みなどあれば気軽にご相談ください。 ※要予約

対象/生後4か月～1歳6か月ごろの乳幼児と保護者

費用/無料

申し込み/市ホームページまたは右記のQRコードから申し込み



申し込みはこちらから

## 3月1日～8日は女性の健康週間です

女性には、思春期や妊娠・出産、更年期など年齢に関わるホルモンの変動があり、生涯の中で大きく心身のゆらぎが生じます。自分の身体を大切にするために健康についてじっくり考える時間をつくりませんか。

年代	注意が必要な主な疾患
20代	子宮内膜症、子宮頸がん
30～40代	子宮体がん・乳がん
50代	更年期障害
60代	脂質異常症・骨粗鬆症

早期発見・早期治療のために定期的にがん検診を受けましょう。

女性ホルモンが大きくゆらぎながら減少することでのぼせなどの症状が出ます。

女性ホルモンの減少でコレステロールが上昇し、骨がもろくなります。

女性特有の病気やお悩みについては、女性の健康推進室ヘルスケアラボホームページを確認を。



ホームページはこちらから

お問い合わせ/健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440)

## 新型コロナワクチン接種のお知らせ

### オミクロン株対応ワクチン(12歳以上で1・2回目接種を完了した人)

接種場所 市内約110の医療機関および  
集団接種(あかし保健所、あかし市民広場)

接種期間などの最新情報は  
こちらから

予約方法 下記の予約専用ダイヤル、または予約サイトへ



### 12歳以上で1・2回目接種がお済みでない人

接種日と接種場所 3月19日(日)あかし保健所 ※従来型のファイザー社製ワクチンを使用

予約方法 下記の発行申請用ダイヤルへ

### 乳幼児・小児のコロナワクチン接種

予約方法と接種場所 接種可能な医療機関で直接予約 ※これらでも1回目接種を開始できます

注意事項 接種にあたり保護者の同意および同伴が必要

接種券 お手元の接種券を使用してください。お手元がない場合は接種券の発行申請が必要です。申請は、下記の発行申請用ダイヤルへ

### 市ワクチン専用ダイヤル 毎日/午前9時～午後5時

予約専用 TEL 0120-227-710

発行申請用 TEL 0120-712-160

予約サイトはこちらから▶



電話での連絡が難しい人はこちら FAX 0120-655-695

## あかし保健所の健康相談

費用=無料

あかし保健所では、健康に関する悩みや相談を受け付けています。

お問い合わせ	相談名(相談員)・日時
健康推進課(3階) TEL918-5657 FAX918-5440	健康相談(保健師) 栄養相談(栄養士) 歯科保健相談(歯科衛生士) 禁煙相談(保健師)
相談支援課(3階) TEL918-5669 FAX918-5440	こころの相談ダイヤル TEL918-5401 精神保健相談(保健師・精神保健福祉士・臨床心理士・弁護士) 難病・小児慢性特定疾病に関する療養相談(保健師)
保健総務課(3階) TEL918-5414 FAX918-5440	不妊・不育専門相談(保健師) 3月22日(水)13:30～16:30(1人1時間以内) ※相談日の1週間前までに要予約
保健予防課(4階) TEL918-5421 FAX918-5441	HIV・梅毒・肝炎に関する相談・検査(保健師) 3月9日(木)・23(木)9:15～10:15 HIV、梅毒検査のみ当日結果通知11:30～

まずは  
お電話で  
ご相談を



※来所相談は午前の事業は7時、午後の事業は11時に市内に気象警報発令時は中止