

# 新型コロナワクチン接種のお知らせです

※この内容は6月末時点の情報です。

市では、65歳以上の高齢者や基礎疾患を有する方等を対象に【春開始接種（～8月末まで）】を実施しています。接種を希望される方は、期間内に接種していただきますようお願いします。

## 令和5年春開始接種（～8月末まで）について

**接種方法** 以下のいずれかの方法で接種を受けることができます。（要予約）

### 身近な医療機関での接種

**ワクチンの種類** オミクロン株対応ワクチン（**ファイザー** または **モデルナ**）を接種します。

**予約方法** 医療機関に直接ご連絡ください。

※予約ができる医療機関は、接種券に同封の案内チラシまたは市のホームページ（右記二次元コード）でご確認ください。



### 集団接種会場での接種

**ワクチンの種類** オミクロン株対応ワクチン（**モデルナ**）を接種します。

**予約方法** ●コールセンター ☎(0853) 21-6613 (9:00～18:00 平日のみ)  
●WEB予約（右記二次元コード）



### 集団接種会場について

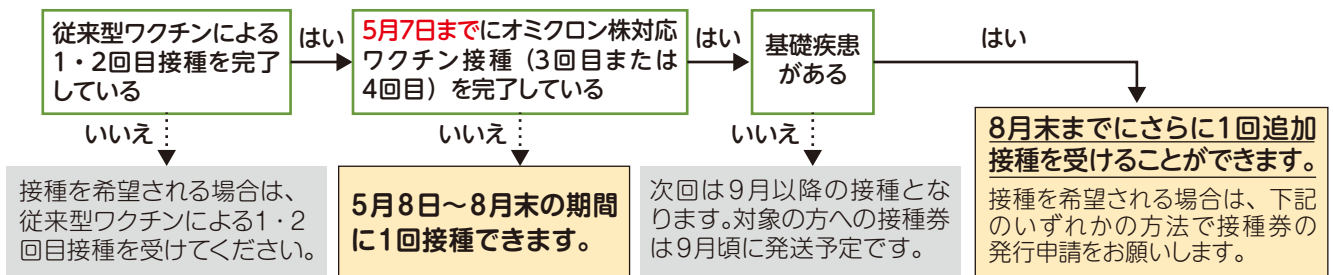
| 開設日            | 金曜日（～7月28日）           |                      |                          | 日曜日（～8月27日）                          |
|----------------|-----------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------------------|
| 会場             | 出雲市民病院<br>(塩冶町1536-1) | 寿生病院<br>(上塩冶町2862-1) | 出雲徳洲会病院<br>(斐川町直江3964-1) | 総合医療センター<br>(灘分町613)                 |
| 開設時間<br>(受付時間) | 14:00～15:00           | 14:15～15:15          | 13:15～16:30              | 午前の部 10:00～12:30<br>午後の部 14:00～16:30 |

※接種会場・開設日時時は変更になる場合があります。最新情報は、出雲市新型コロナワクチン接種特設サイト（下部二次元コード）でご確認ください。

**接種券について** 届いた接種券を紛失された方は再発行の手続きが必要です。下部「接種券発行申請方法」のいずれかで申請をお願いします。

## 5歳～11歳のお子様への接種について

5歳～11歳のお子様も、引き続き新型コロナワクチン接種を受けることができます。下記のフローチャートでお子様の接種状況についてご確認ください。接種を希望される場合は、期間内に接種をお願いします。詳しくは出雲市新型コロナワクチン接種特設サイト（下部二次元コード）をご覧ください。



### 接種券発行申請方法

●WEBサイトで申請する  
下記二次元コードから申請できます。



●郵送で申請する  
市ワクチン接種特設サイトに掲載の「接種券発行申請書」を記入のうえ、下記の宛先まで郵送してください。

【宛先】  
〒693-8530 出雲市今市町70番地  
出雲市新型コロナウイルスワクチン接種実施本部

●窓口で申請する  
市役所本庁1階 健康増進課  
または各行政センター窓口へお越しください。

●コールセンターで申請する  
☎(0853) 21-6613  
(9:00～18:00、平日のみ)

出雲市新型コロナ  
ワクチン接種特設サイト  
<https://izumocoronavaccine.com>



おたずね・予約・接種券再発行など  
出雲市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
☎(0853)21-6613 9:00～18:00  
(平日のみ)

あなたの地区の

# 健康づくり推進員が 健康づくり活動の輪を広げています

出雲市では、地域に根ざした健康づくり活動を推進するために、平成20年10月からコミュニティセンター単位に3名程度、出雲市全体で約130名の健康づくり推進員を委嘱しています。

食のボランティアや地区のさまざまな組織、地区担当保健師と一緒に健康づくりをすすめ、活動の輪を広げています。

## 活動の紹介 地域ぐるみの健康づくり活動をしています

### 測定による健康チェック



### 定期的な運動教室



### 展示による啓発



## 今年度の健康づくり重点目標：「定期的に健診やがん検診を受けましょう」

### 乱れた生活習慣

- 食べすぎ
- 飲みすぎ
- 運動不足
- 喫煙
- ストレス



### 小さな異常

- 肥満(体重増加)
- 高血圧
- 高血糖
- 脂質異常  
など



### 生活習慣病の発症

- 肥満症
- 高血圧症
- 糖尿病
- 脂質異常症

### 重症化

- 脳卒中
- 虚血性心疾患
- 糖尿病合併症



生活習慣病は自覚がないまま進行します。

一年に一度は健診受診で健康状態をチェックし、生活習慣病を予防しましょう。

**がんは早期発見すれば90%以上が治ります\*。**  
**定期的ながん検診受診で早期発見・早期治療につなげましょう。**

※ここでいう「治る(=治療)」とは、診断時からの5年生存率です。  
相対生存率は、がん以外の原因で亡くなる人の影響を除いた数値です。  
出典：全がん協加盟施設における5年生存率(2009~2011診断例)



出雲市のがん検診は、健康はつらつカレンダー、市のホームページ等をご確認ください！  
(トップページ>市民の方>健康・福祉>健康>健康カレンダー>令和5年度(2023)がん検診のお知らせ)



おたずね/健康増進課 ☎21-6976