

子どもの定期予防接種のご案内

お子さま等を対象とした次の予防接種は、対象年齢の接種期間内であれば無料で受けることができます。期間を過ぎた接種は有料になりますのでご注意ください。また、無料での接種は出雲市に住民票がある方が対象です。転出された場合の予防接種は、転出先の自治体にお問い合わせください。

対象年齢	予防接種名	接種期間（無料となる期間）
2歳未満	麻しん風しん混合1期	2歳の誕生日の前日まで
3歳未満	水痘	3歳の誕生日の前日まで
就学前（年長児）	麻しん風しん混合2期	令和8年3月31日まで
就学前～7歳6か月未満	日本脳炎1期	7歳6か月の前日まで
9歳～13歳未満	日本脳炎2期	13歳の誕生日の前日まで
11歳～13歳未満	2種混合（ジフテリア・破傷風）	
小学校6年生～中学校3年生の女子	子宮頸がん予防ワクチン (HPVワクチン)	16歳になる年度の年度末まで
高校1年生相当の女子		令和8年3月31日まで
平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女子（令和4年度～6年度の間に1回以上接種した方のみが対象）		令和8年3月31日まで

＜予診票を紛失された方＞窓口または郵送で予診票を再交付します。手続きには母子健康手帳が必要です。

- 窓口 市役所本庁 健康増進課または各行政センター市民サービス課
郵送 右記の二次元コードから電子申請をしてください。

※母子健康手帳をお忘れの場合は予診票の再交付ができません。

※HPVワクチンの予診票は、医療機関にあります。



おたずね／健康増進課（6番・7番窓口）TEL 21-6829

歯周病の予防・治療をしましよう ～令和6年度出雲市歯周病検診を受けた人の約60%が歯周病でした～

歯周病は歯を失う原因の第1位！

自覚症状なく進行し、全身に影響をおよぼします。歯周病の予防は、生活習慣病の予防につながります。

【歯周病リスクを高める要因の例】

- ・喫煙
- ・内臓脂肪型肥満
- ・ストレス



【歯周病と関連する全身の疾患の例】

- ・糖尿病*
- ・呼吸器疾患
- ・脳卒中（脳梗塞、脳出血）
- ・動脈硬化、心臓病
- ・低体重児出産、早産



*歯周病と糖尿病は互いに悪化させあう関係

歯周病リスクのチェック項目

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> かむと歯が搖れる感じがある | <input type="checkbox"/> 歯と歯のすき間が目立ってきた |
| <input type="checkbox"/> 歯みがきすると血が出る | <input type="checkbox"/> 歯が長くなったように見える |
| <input type="checkbox"/> 口のにおいが気になる | <input type="checkbox"/> 歯ぐきに触ると痛いところがある |

※気になることがある場合は、歯科医療機関を受診しましょう。

歯周病予防のポイント

●1日1回は丁寧に歯を磨きましょう

歯周病予防の基本は、歯みがきです。磨き残しがないように細かく歯ブラシを動かして、1本1本歯を磨くことを意識しましょう。

●歯間ブラシ等を活用しましょう

歯ブラシだけでは、歯と歯の間のプラーク（歯垢）は約60%しか取れません。歯間ブラシやフロス等も併用して手入れしましょう。

●かかりつけ歯科医を持ち、半年から1年に1回以上は受診しましょう

お口の中の状態や磨き残しは自分では分かれにくい箇所もあります。症状が無くても、定期的に歯科受診をして確認してもらいましょう。

出雲市
歯周病検診
実施中！

【対象】令和8年3月31日時点の満年齢が20・30・40・50・60・70歳の方

【実施期間】令和8年3月15日（日）まで

- 対象の方には、11月末に案内ハガキ（受診券）を郵送しています。

- 実施歯科医療機関等の詳細は、ハガキまたは市ホームページをご確認ください。



おたずね／健康増進課 TEL 21-6979



2026 スプリングドック

先着順

定員になり次第
締め切りとさせて
いただきます。

未来の自分を守る、たった一日の健康投資。

忙しい毎日だからこそ、自分の体の声に耳をかたむける時間を。

4月から健診センターはリニューアルしました。待合スペースも
広くなり、子宮がん乳がん検診をワンフロアでできるレディース
フロアも新設しました。ぜひ、この機会にご利用ください。



レディースフロア▶

実施期間

令和8年 1月 5日(月)～ 5月 29日(金)

土・日曜日、祝日を
除く午前中

実施場所

出雲市立総合医療センター内 健康管理センター

検査内容

身長、体重、体脂肪、血圧、視力、聴力、腹部、心電図検査(12誘導)、胸部X線撮影、
上部消化管内視鏡検査(経口・経鼻あり)またはX線透視検査、便潜血反応検査(免疫2日法)、
尿検査(蛋白・糖・潜血・沈渣)、血液検査(血液一般、肝機能、脂質、尿酸、腎機能、炎症反応、
梅毒反応、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検査(男性)、卵巣がん検査(女性))

※当院の通常の人間ドックと比較して、スプリングドックには、腹部超音波検査、肺機能検査、眼底、眼圧及び
女性の骨密度検査は入っていませんが、男性に前立腺がん検査、女性に卵巣がん検査が入っています。

料 金

1人あたり **21,780円(税込)**

※受検者様の都合により、検査の一部を中止された場合でも料金の変更はありません。

オプション検査セットの料金 上記の検査に追加することができます。

プレミアム
セット

胸部CT検査※1 + 腹部超音波検査 +
腫瘍マーカー3項目 + 骨密度測定 + 眼底・眼圧検査 **17,820円(税込)**

Aセット

胸部CT検査※1 + 腫瘍マーカー3項目 **9,900円(税込)**

Bセット

胸部CT検査※1 + 腹部超音波検査 **11,000円(税込)**

Cセット

腹部超音波検査 + 腫瘍マーカー3項目 **8,800円(税込)**

Lセット※2

3Dマンモグラフィ + 乳房エコー + 子宮頸がん検診 **14,300円(税込)**

※ 1 胸部CT検査を実施した場合は、胸部X線撮影を省略します。結果は、後日郵送で通知します。

※ 2 Lセット(レディースセット)は、他のオプションセットに合わせてお申し込みいただくこともできます。

1日に4人までご予約可能です。

その他のオプション検査項目は、健康管理センターにお問合せください。



申込方法

下記申込み先へお電話で「スプリングドック」とお伝えください。

申込み・おたずね／出雲市立総合医療センター(健康管理センター)
TEL 63-5111(代表) TEL 63-5119(直通) <平日8:30～17:00> FAX 63-5118