

子どもの予防接種のご案内

お子さまを対象とした以下の予防接種は、対象の期間内であれば無料で受けることができます。母子健康手帳を確認し、期限に余裕を持って接種を受けましょう。期限を過ぎると接種費用が全額自己負担となりますのでご注意ください。

対象者	予防接種の種類	接種期限
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	麻しん風しん混合2期※1	令和9年3月31日まで
	日本脳炎1期	7歳6か月の前日まで
小学4年生※2	日本脳炎2期	13歳の誕生日の前日まで
小学6年生※2	2種混合	

※1 対象は年長児(令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ)です。

※2 対象のお子さまには、6月末～7月上旬に案内文書と予診票を送る予定です。

予診票を紛失された方は、予診票の再交付をいたします。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へ母子健康手帳を持ってお越しください。

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のでご注意ください。自宅への郵送を希望される場合は、右記の二次元コードから電子申請をしてください。



おたずね／健康増進課(6番・7番窓口) TEL 21-6829

暑くなり、食中毒の発生するシーズンになりました 「気温上昇」「高い湿度」に要注意!!

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生し、普段当たり前にしていることが思わぬ食中毒を引き起こすことがあります。家庭での発生では症状が軽かったり、発症する人が1人や2人であったりすることから、風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります。家庭での食中毒予防のポイントをチェックしてみましょう。

【食中毒による主な症状】吐き気、嘔吐、腹痛、下痢など

☆食中毒予防の3原則 食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

家庭でできる食中毒予防



- ◎肉、魚、野菜等の生鮮食品は、新鮮な物を購入する
- ◎調理の前、食事の前は、丁寧に手洗いをする
- ◎冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる
- ◎加熱が必要な食品は、中心部まで加熱する
- ◎調理器具は、十分な洗浄と消毒を行い清潔にする
- ◎冷蔵庫を過信しない(残った食品は時間が経ち過ぎたら思い切って捨てる)

おたずね／健康増進課(6番・7番窓口) TEL 21-6829

7月からの健康診査等のお知らせ

健康診査(健診) ①若年齢層健診 ②特定健診 ③後期高齢者健診

健康に自信がある方も通院中の方も、1年に1度、健診を受けましょう

対象者	①出雲市国民健康保険に加入している20~39歳の方 ②出雲市国民健康保険に加入している40歳以上の方 ③後期高齢者医療に加入の方	 ▲各健診の詳細
検査項目	問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査	
受診期間	7月1日(水)~10月31日(土)	自己負担金 無料
受診方法	①右上の二次元コードからご確認ください(個人通知はお送りしません) ②③6月下旬に郵送する個人通知をご確認ください	 ▲受診券発行
注意事項	●特定健診の受診券発行について 令和8年4月1日以降に出雲市国民健康保険の加入手続をされた方は、 右の二次元コードまたは電話による受診券の発行申請が必要です	

◆20歳以上の生活保護世帯の方も同様の健診が無料で受診できますので、医療機関の窓口に出向いて受診してください
◆被用者保険の加入者対象の健診については、各保険者にお問い合わせください

肝炎ウイルス検診

ウイルス性肝炎は、自覚症状を感じにくいので、放置していると肝硬変や肝がんへと進行するおそれがあります。40歳になったら、健診にあわせて肝炎ウイルス検診を受けましょう

検診の詳細▶

対象者	40歳以上で、出雲市肝炎ウイルス検診の受診歴がない方(加入保険にかかわらず受診できます)	
検査項目	問診、血液検査(B型・C型肝炎ウイルス)	
受診期間	7月1日(水)~令和9年3月31日(水)	自己負担金 無料
受診方法	健診の予約時または受診時に、医療機関に申し出てください	
注意事項	健診の血液検査(採血)にあわせて検査しますので、必ず健診とセットで受診してください	

※いずれも対象者の年齢は、令和9年3月31日時点の年齢です

おたずね/健康増進課(6番・7番窓口) TEL 21-6979

交通安全協力店(運転免許自主返納サポート)について

出雲市では、市内のお店や施設等にご協力いただき、運転免許の自主返納をサポートする「交通安全協力店」の取組を行っています。「交通安全協力店」では、運転免許を返納した際に取得できる「運転経歴証明書」の提示により、お得な割引やサービスなどを受けることができます。

ご自身やご家族の運転に不安を感じたら、運転免許の自主返納について考えてみましょう。

交通安全協力店一覧

運転経歴証明書の提示によるサービス等の内容は、店舗により異なります。詳しくは、市のホームページでご確認ください。▶

<p>(令和8年5月末現在)</p> <p>【飲食・カフェ・菓子・惣菜】</p> <ul style="list-style-type: none"> 柿谷商店 ・喫茶ひより 坂根屋各店 本店、cafeあん 入南店cafeきっさこ ゆめタウン出雲店、斐川店 ゆめマート神西店 島根ワイナリー(シャトー・弥山・パッカス) 空飛ぶブタ野郎 ・たきがわ製菓 茶三代一本店微笑庵 庭園古民家カフェ駕籠石庵 ハコニワ.cafe ・日々の菓 旬菓 広島鉄板焼HERA ・富士酒造 ふるかわキッチン 道の駅 キララ多伎 道の駅 湯の川 ラーメンうまいぞ武蔵 平田店 Samurai ball ・パーラーベル <p>【家 電】</p> <ul style="list-style-type: none"> Pana Greenハママラ 	<p>【交通(タクシー・自転車等)】</p> <ul style="list-style-type: none"> 出雲第一交通 ・板垣自転車出西店 江角自転車商会 ・サイクルオート幸野 サイクルショップ カネツキ サイクル倉庫出雲店 島根トヨタ自動車出雲店 トヨタカラー島根出雲店 ネットトヨタ島根出雲店、斐川店 スズキ自販島根スズキアリーナ出雲、斐川 日之出商会 ・福祉タクシー 結 <p>【美容・健康】</p> <ul style="list-style-type: none"> アートステージ・アズ Cut House PIECE ・リンパケア ヒーリングサロン桜 本店 美容カイトとエステのお店 Lie' to 美容室かとう ・手もみサロン桜 メナード化粧品中野美保 ゆめタウン斐川 美容室マーナ <p>【ホームセンター】</p> <ul style="list-style-type: none"> 農家の店 しんしん 出雲ドーム店 	<p>【クリーニング】</p> <ul style="list-style-type: none"> クリーニングママの店 丸合平田店、平田店 グッディー平田店 イオンモール出雲店 工場前店、グッディー北部店 塩治善行町店 グッディー医大通店 マックスパリュ塩治店 ゆめタウン出雲店 グッディー斐川店 ゆめタウン斐川店 大社エル店、ゆめマート神西店 <p>【衣料・アクセサリー・時計】</p> <ul style="list-style-type: none"> イツ・レーベル飯塚時計店 出雲市駅南店 GLOBAL GOOD GIFT 河原時計店 サロン・ド能地 出雲 東洋ユニフォームセンター出雲店 むろや エル店 ・Roku(ろく) 	<p>【雑貨・ギフト・工芸】</p> <ul style="list-style-type: none"> オーブハウス平田店 ギフトながさこ 漆芸のわたなべ 松井銘木 <p>【教室】</p> <ul style="list-style-type: none"> パソコン教室しまいる 大社、斐川教室 <p>【生 花】</p> <ul style="list-style-type: none"> とうま生花店 Enya Studio <p>【その他】</p> <ul style="list-style-type: none"> ai・uniイワサキ武志店 いずも補聴器 ジュエルカフェ イオンモール出雲 賞取大吉 出雲天神町店 <p>【温泉】</p> <ul style="list-style-type: none"> 出雲平温泉 ・四季荘 しっとりつるつる 北山温泉
---	--	--	---

交通安全協力店 募集中!!

運転免許の自主返納をサポートする「交通安全協力店」を募集しています。申込みいただくと、市のホームページや広報紙、パンフレット等でご紹介させていただきます。詳しくは防災安全課へお問い合わせください。

おたずね/防災安全課 TEL 21-6548