



新型コロナワクチン 定期接種

感染症予防班

新型コロナワクチンの定期接種を10月1日から令和7年3月31日まで予定しています。

※令和7年4月1日時点で65歳以上の人に、予診票を個別郵送します。(9月末頃予定)

■接種対象者

接種日時点で市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- ①接種日に65歳以上の人
- ②接種日に60歳から64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される人
- ③接種日に60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人

■接種期間と接種回数

10月1日から令和7年3月31日までの間に1回

※期間外に接種した場合は、全額自己負担となります。

■接種費用 自己負担額 3,000円

※医療機関窓口でお支払いください。

■接種場所

- 市内契約医療機関
- 千葉県内相互乗り入れ協力医療機関
- 千葉県外で接種を希望される人は、手続きが必要となりますので、事前に健康推進課までご連絡ください。

■使用するワクチン JN. 1系統対応の1価ワクチン (予定)

■予約方法 医療機関に直接予約

※予約システムやコールセンターの設置はありません。

■その他 すこやかセンターでの集団接種は行いません。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



高齢者インフルエンザワクチン 定期接種

感染症予防班

高齢者インフルエンザワクチンの定期接種を10月1日から12月31日まで予定しています。

※令和7年1月1日時点で65歳以上の人に、予診票を個別郵送します。(9月末頃予定)

■接種対象者

接種日時点で市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- ①接種日に65歳以上の人
- ②接種日に60歳から64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される人
- ③接種日に60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人

■接種期間と接種回数

10月1日から12月31日までの間に1回

※期間外に接種した場合は、全額自己負担となります。

■接種費用 自己負担額 1,500円

※医療機関窓口でお支払いください。

■接種場所

- 市内契約医療機関
- 千葉県内相互乗り入れ協力医療機関
- 千葉県外で接種を希望される人は、手続きが必要となりますので、事前に健康推進課までご連絡ください。



■予約方法 医療機関に直接予約

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



あなたの“心”は元気ですか 自殺予防週間

成人保健班

9月10日の世界自殺デーにちなんで、9月10日から16日までの1週間を「自殺予防週間」として定め、自殺について誤解や偏見をなくし、正しい知識の普及啓発を推進することとしています。自分の気持ちや周囲の気持ちの変化に気づいたら、ひとりで悩まず相談しましょう。

【周りの人が気づくサイン】

- な：泣き言をいう
- や：やめたいといいたず (遅刻・欠勤)
- み：ミス、事故を起こす
- の：能率の低下・長時間勤務
- た：食べない
- ね：眠れない・眠るのに時間がかかる
- だ：だるい



■ SNS 相談窓口【生きづらびっと】

LINE @yoriso-chat	X @yorisoichat	チャット

市内飲食店、減塩商品を扱う店舗・スーパーや薬局など 減塩協力店の募集中！

成人保健班

市では、『とみさと減塩プロジェクト』と題し、減塩に向けたさまざまな取り組みを実施しています。

「買ってきたお総菜やお弁当、外食の料理が塩分控えめで作られていた」・「減塩調味料を買うことができた」など、自然に減塩につながる環境を一緒に作っていくため、減塩を実施している、またはこれから減塩に取り組もうとしているお店を募集します。

【取組事例】

- ① 現在塩分控えめメニューを提供している
- ② 市から提案した減塩レシピをメニューに加えられる
- ③ 卓上に減塩調味料(醤油やソースなど)を用意している
- ④ 減塩商品のコーナーを作り販売している

■ 募集期間 9月2日～令和7年3月31日

■ 申込方法

申込書に必要事項を記入して、健康推進課窓口へ持参・郵送・メールのいずれかで申込み。

〒286-0292 (住所不要)

kenkou@city.tomisato.lg.jp

※協力店は、市公式ホームページなどでご紹介します。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

