

令和3年度 高齢者定期予防接種のお知らせ

※新型コロナワクチン接種の前後に他の予防接種を行う場合は、原則として2週間以上の間隔をおくことが必要です。そのため、新型コロナワクチンの1回目と2回目の接種日の間も他の予防接種はできません。

(1) 高齢者インフルエンザ予防接種

接種期間…10月1日～12月31日

対 象…①市内在住の満65歳以上の人

②60歳～65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人 ※詳細は主治医とご相談ください。

接種費用…1,500円

※この期間以外の接種費用は実費負担。生活保護世帯、住民税非課税世帯の人は2週間前までに健康推進課で手続きをすると無料（要印鑑）

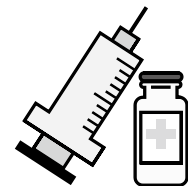
(2) 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種

接種期間…令和4年3月31日まで

※この期間に接種できなかった場合、その後の接種は任意接種扱い（全額自己負担）となります。

対 象…①市内在住者で、令和3年度に次の年齢になる人

年齢	対象生年月日
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれ
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ
90歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ
100歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ



②60歳～65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人 ※詳細は主治医とご相談ください。

接種回数…1回

接種費用…2,500円

※生活保護世帯、住民税非課税世帯の人は2週間前までに健康推進課で手続きをすると無料（要印鑑）

持 ち 物…案内ハガキ、健康保険証または後期高齢者医療被保険者証（75歳以上）

申し込み…医療機関に直接または電話で予約をしてください。

ご注意ください！

- ★対象者には5月中旬に案内ハガキを個別通知しています。
- ★対象年齢であっても、過去に成人用（高齢者用）肺炎球菌ワクチンを接種されたことのある人は、定期接種の対象外となり、公費助成の対象にはなりません。
- ★高齢者の肺炎球菌ワクチン（23価肺炎球菌ワクチン）を5年以内に接種されたことのある人は、再接種すると注射部位が痛くなる、赤くなる、硬くなる等の副反応が強く現れやすいと言われています。

◎高齢者インフルエンザ・肺炎球菌感染症予防接種実施医療機関

●市内の実施医療機関

実施医療機関	電話番号	住所	インフルエンザ 予防接種	肺炎球菌 予防接種
伊藤整形外科	586-1085	大畑14-12	○	○
えとうクリニック	575-8808	吉地1193番地1	○	○
おおはし腎透析クリニック	588-0084	永原1833-4	○	○
おかもと耳鼻咽喉科クリニック	518-0880	市三宅2339-4	○	×
甲原医院	587-0070	小篠原2057番地1	○	○
澤田医院	588-5855	富波甲1087番地1	○	○
白井医院	587-0125	永原1833-1	○	○
市立野洲病院	587-1332	小篠原1094番地	○	○
すぎやま内科	586-1218	小篠原1974番地1	○	○
高田クリニック	535-1528	行畑736番地	○	○
田中医院	589-2113	比江816番地	○	○
ちかもち内科医院	518-0511	小篠原2208-1	○	○
遠田整形外科	518-0220	市三宅2339-1	○	×
なかにし耳鼻咽喉科	586-3341	小篠原1033-1	○	○
にしむら整形外科クリニック	518-0055	永原1834番地1	○	×
野村内科医院	587-0066	小篠原2177番地	○	○
藤井医院	586-5848	市三宅2480番地	○	○
ほりで医院	587-1601	久野部1-15	○	○
本田医院	588-3500	近江富士2丁目5番2号	○	○
ミカミクリニック	588-2111	三上1922-11	○	×
南医院	589-5061	吉地1412番地	○	○
森野内科医院	587-3636	北野一丁目19番33号	○	○
山地内科	586-8708	三上279番地1	○	○
山田クリニック	518-0355	市三宅2725番地	○	○
吉川医院	589-3901	吉川928番地	○	○
吉田クリニック	588-5080	市三宅2732番地	○	○
緑王診療所	588-0572	栄31-3	○	○

- ◆守山・草津・栗東市内の実施医療機関では事前手続きなく予防接種が受けられます。
- ◆上記以外の県内実施医療機関で接種を希望する人は事前申請が必要です。
ただし、近江八幡市、湖南市の一部の実施医療機関では事前手続きなく受けられます。
詳細はお問い合わせください。

問い合わせ…健康推進課 ☎588-1788、FAX586-3668

防災行政無線を用いた全国一斉情報伝達試験

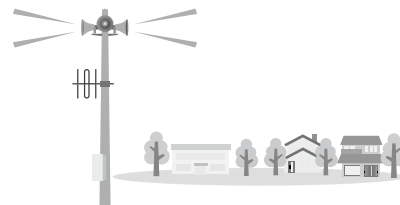
10月6日(水) 午前11時ごろ

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達試験を行います。この試験は、全国瞬時警報システム（Jアラート）^(※)を用いた試験で、野洲市以外の地域でもさまざまな手段を用いて情報伝達試験が行われます。

情報伝達手段	内容
防災行政無線	<p>市内73カ所に設置してある防災行政無線から、毎週金曜日に実施している定時試験放送と同程度の音量で次の放送内容が一斉に放送されます。</p> <p>【放送内容】</p> <p>①上りチャイム音 ②「これは、Jアラートのテストです。」×3回 ③「こちらは、ほうさい野洲市です。」 ④下りチャイム音</p>

注) ●野洲市メール配信サービスでもテスト配信を行います。(データ放送、緊急速報メール等の配信は行いません。)
 ●災害の発生状況、気象状況などによっては、試験を中止する場合があります。

(※) Jアラートとは、地震・津波・気象や武力攻撃などの緊急情報を、国から市区町村へ、人工衛星などを通じて瞬時に伝達するシステムです。



上記日時のほか、令和3年度は次の日程で同様の試験を実施します。

- 令和4年2月16日(水) 午前11時ごろ

問い合わせ…危機管理課 ☎587-6089、FAX587-4033

期日前投票期間のマイナンバーカード申請のお知らせ

市議会議員一般選挙の期日前投票期間中に以下の日程でマイナンバーカードの申請に必要な顔写真の撮影（無料）と申請の受け付けを行います。

予約と持ち物は不要です。

日時…10月14日(木)・15日(金) 午後5時15分～8時

場所…市民課

※開庁時間は、同様の申請受付を常時行っています。

※マイナンバーカードができあがるまで1カ月半程度かかります。

※マイナンバーカードができあがりましたらご自宅に交付案内通知を送付しますので、ご本人が受け取りに市民課まで来庁してください。(受け取りの際は、予約をお願いします。)

※申請時に本人確認等を行うことにより、出来上がったマイナンバーカードをご自宅へ送付することもできます。ご希望の場合は、本人確認資料（顔写真付き1点または顔写真なし2点）とマイナンバーが記載された通知カードを持参してください。

持参物の詳細はお問い合わせください。(持参物がそろっていないと再度カードの受け取り時に来庁が必要です。)



問い合わせ…市民課 ☎587-6086、FAX586-3677

コンビニ交付 一時停止のお知らせ

11月1日(月)・9日(火)・10日(水)は、システム保守点検のため、コンビニエンスストアにおける各種証明書の交付を一時停止(終日)します。

ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

問い合わせ…市民課 ☎587-6086、FAX586-3677

税務課 ☎587-6040、FAX587-2439



まちぐるみで 「愛の声かけ運動」にご協力を

子どもたちの安心・安全を守る一番の力は、地域の目です。

通園・通学の姿を見守りながらあいさつや声かけを行う運動にご協力をお願いします。

日時…11月1日(月) 登校(園)時間帯

場所…市内全域の通学路

対象…どなたでも

問い合わせ…生涯学習スポーツ課

☎587-6053、FAX587-3835



「コミュニティセンターやす」エレベーター使用停止のお知らせ

コミュニティセンターやすに設置していますエレベーターの老朽化に伴い更新工事を行います。ご迷惑をおかけしますが、工事期間中はエレベーターが使用できませんのでご協力をお願いします。

なお、事務所は通常どおり業務を行い、貸館事業も行います。

工事期間…11月1日(月)～令和4年2月上旬

※工事が完了次第、使用停止を解除します。

問い合わせ…協働推進課 ☎587-6043、FAX587-4033

＜施設の連絡先＞

コミュニティセンターやす ☎586-3864、FAX586-1348

(月曜・火曜日、祝日、年末年始は除く)



《お知らせ》

各種事業やイベント等の開催記事を掲載していますが、新型コロナウイルス感染症対策により中止・延期になる場合があります。なお、開催は感染症対策を講じた上で行いますので、参加される人や会議等を傍聴される人はマスクの着用等にご協力ください。また、倦怠感や発熱等の症状がある場合は参加を控えてください。

高齢者・障がい者 なんでも相談会を開催

「(特非) 成年後見センターもだま」は、湖南4市(野洲・守山・栗東・草津市)から、成年後見制度の利用相談や申立支援などの業務を受託しています。

このたび、受託事業の一環として、高齢者や障がいのある人、ひきこもりでお悩みの人、その家族が抱えている悩み、心配事などについて何でも相談できる「高齢者・障がい者なんでも相談会」を開催します。

この相談会は無料で、完全予約制です。複数の専門職(弁護士、社会福祉士等)が同席しますので、生活全般にわたる相談が一度に可能です。

福祉現場等で支援されている人もお気軽にご相談ください。

日時…11月20日(土) 午後1時30分～4時30分

場所…コミュニティセンターやす

対象…野洲・守山・栗東・草津市在住者

※手話通訳が必要な人は、申し込み時にお申し出ください。

申し込み・問い合わせ…

10月29日(金)までに(特非)成年後見センターもだま(〒525-0027草津市野村八丁目5番19号) ☎598-0246、FAX598-0888、Eメールmodama.npo@triton.ocn.ne.jp

国民年金からの お知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した人は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料の免除申請が可能です。

手続きの方法などは、日本年金機構のホームページに掲載しています。

<https://www.nenkin.go.jp>

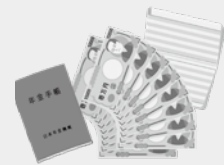
問い合わせ…草津年金事務所

☎567-2220

市保険年金課

☎587-6081、

FAX586-2177



薬物の乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

10月1日(金)～11月30日(火)は麻薬・覚せい剤乱用防止運動を実施しています。

薬物の乱用から薬物依存になると不安、被害妄想などの症状が現れます。幻覚や妄想によって重大犯罪を引き起こすこともあります。危険ドラッグをはじめ麻薬や覚せい剤などを、たとえ1回使用しただけでも乱用にあたります。

★恐ろしい特徴「薬物の依存性と耐性」

薬物の特徴は、何度もくり返し使いたくなる「依存性」をもち、薬物なしではいられない薬物依存の悪循環にはまってしまう。しかも、乱用薬物には使用を繰り返しているうちに、それまでと同じ量では効かなくなる「耐性」という性質があります。一回だけと思って始めた人も、使用する量や回数がどんどん増えて、自分の意思ではやめることができなくなります。

★タバコも薬物

タバコの煙は、4,000種もの化学物質から成り立っていますが、その中でもニコチンには依存性があり、未成年は特に短期間で依存性ができやすいのです。その他、のどや気管支をいためるアンモニアや窒素化合物など各種のガス、発がん性のあるタールや、全身の細胞に酸素不足を起こす一酸化炭素などが含まれます。

★「ダメ。ゼッタイ。」と断る勇気を持つ

- 薬物乱用の危険性は身近にあり、自分には関係ないと思わないこと
- 一人で悩まないで友人や家族に何でも相談すること

※薬物乱用問題についての詳細は厚生労働省ホームページ「薬物乱用防止に関する情報」をご覧ください。

★薬物乱用防止相談窓口…滋賀県薬務課 ☎528-3634

滋賀県立精神保健福祉センター ☎567-5010

問い合わせ…健康推進課 ☎588-1788、FAX586-3668





10月1日は「浄化槽の日」です

浄化槽を適正に維持管理し、みんなできれいな水環境を守りましょう。

浄化槽をお使いの皆さんへ

保守点検・清掃・法定検査を受けましょう！

浄化槽は、維持管理が大切です。浄化槽の維持管理は、保守点検・清掃・法定検査に分かれますが、浄化槽法でそれぞれ定期的実施することが義務付けられています。

★保守点検

浄化槽を適切に機能させるためには、機械の点検・調整、補修や消毒剤の補給など、家庭用の浄化槽では3～4カ月に1回以上のメンテナンスが必要です。

浄化槽の保守点検は、滋賀県の登録を受けた保守点検業者に依頼してください。

★清掃

浄化槽内に汚泥などがたまっていくため、年1回以上の清掃や汚泥などの抜き取りが必要です。清掃や汚泥の抜き取りは、市内で浄化槽清掃業の許可を受けている業者（株近江美研または株奥村興業）に依頼してください。

★法定検査

浄化槽の機能が正常に維持されているかを確認するため、保守点検や清掃とは別に法律に基づいた検査を年1回受検する必要があります。

※浄化槽を使用廃止、使用休止または使用再開したときは、法律に基づき書面により届け出をしてください。

問い合わせ…環境課 ☎587-6003、FAX587-3834

10月18日(月)～24日(日)は「行政相談週間」です

総務省の行政相談は、担当行政機関とは異なる立場から、行政などへの苦情や意見・要望を受け付け、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。

総務省では、行政相談（委員）制度について国民の理解を得るとともに、その利用の促進を図るため、毎年10月に「行政相談週間」を設け、同週間を中心として相談所を開設しています。

国の事務（国道、一級河川、登記など）について困ったときは、お気軽に行政相談をご利用ください。相談は無料・予約不要・秘密厳守です。

日時…毎月第3火曜日 午前9時30分～正午

場所…市役所本館1階相談室

問い合わせ…市民生活相談課

☎587-6063、FAX586-3677

滋賀行政監視行政相談センター

☎523-1100



食品ロスについて 知っていますか？

10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。

日本では、食べられるのに捨てられてしまう食品（食品ロス）が、年間約600万トン発生しています。

買い物に行く前には食材をチェックし、必要な分だけを購入したり、食べ残さないなど、「もったいない」のこころを大切に食品ロス削減に取り組みましょう。

10月は3R推進月間です！

- 毎年10月は循環型社会の形成に向けた取り組みを推進するため、3R（リデュース・リユース・リサイクル）推進月間となっており、全国でもさまざまな取り組みや行事などが行われます。
- 3Rとは、Reduce（リデュース、ごみの発生抑制）、Reuse（リユース、再使用）、Recycle（リサイクル、再生利用）のことです。
- この機会にマイバッグ・マイボトルを携帯するなど、できることから始めてみませんか。

問い合わせ…環境課 ☎587-6003、FAX587-3834



～ 知って欲しい！健康のススメ vol.2 ～

市立野洲病院にはいろいろなりハビリテーション専門職が所属しています。その中から今回は「理学療法士」と「作業療法士」について紹介します。

理学療法士 (Physical Therapist : PT)

寝返りや起き上がり、立つ、歩くなど生活の基礎となる動作能力の回復をサポートします。歩いてトイレに行きたい、畑仕事をしたいなど、その方の目標に合わせたトレーニングや道具を提案します。また、自治会サロン等へ運動や転倒予防の知識をお届けします。

**作業療法士 (Occupational Therapist : OT)**

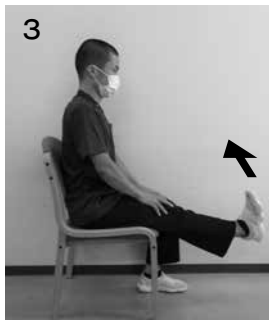
着替えや食事、家事、趣味など日常生活に関わる動作の回復をサポートします。家庭での役割、趣味活動は元気を取り戻す秘訣です。日常の生活動作や料理の練習、物づくりをリハビリテーションとして行います。

コロナフレイルをご存じですか？

新型コロナウイルスの影響で、外出や人との交流の自粛を余儀なくされている状況です。その結果、日々の生活での活動量が減り、「最近、歩きにくくなった」「家事がおっくうになった」「疲れやすくなった」等の状態になることがコロナフレイルです。

『フレイル予防のヒント ～ 運動編 ～』

フレイルは**身体的、精神・心理的、社会的**の3つに分けられます。その中の身体的フレイルとは、筋力や歩く速度の低下、低栄養状態や口腔機能低下のことです。定期的な運動に取り組むことが大切です。

〔膝から足を伸ばす運動〕

1. 安定した椅子に座りましょう。
2. 太ももの前面の筋肉を意識しながらゆっくりと（1秒程度で）片足を上げましょう。
3. そのまま足首を手前に曲げましょう。両足10回ずつを目安に繰り返しましょう。

他にもホームページもご覧ください。 <https://www.yasu-hp.jp/sinryo/rihabili>
次回は、『言語聴覚士』『公認心理師』についてお話しします。



詳細はこちら！

発熱または咳などの風邪症状がある場合は、電話でご相談の上、ご来院ください。