

悩んでいる人がいたら (ゲートキーパー研修会)

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援に繋げ見守る人のことです。研修会では、自殺予防の視点から「うつ」や精神疾患の理解を深め、声のかけ方などの対応方法を学びます。

▶日時：9月10日(日) 午前9時30分～正午

▶場所：保健福祉センター（古川1015-1）

▶講師：研究学園ななほクリニック院長 おのしんご 小野真吾医師

▶定員：15人（予約制）

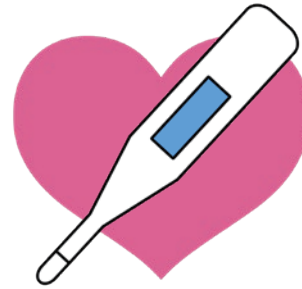
▶申込方法：健康増進課にお電話
(☎0297-25-2100) かメール
フォームからお申し込みください。



▶申込期限：9月8日(金) 午後5時15分

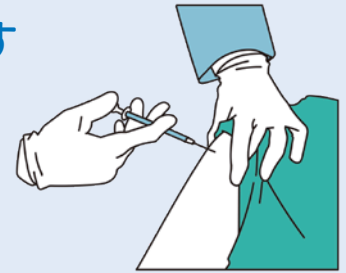
こころの体温計

インターネットから気軽にメンタルヘルスのチェックができます。ご利用は無料です（通信料を除く）。「本人モード」「家族モード」など、複数のモードから選べるほか、「生活習慣チェック」もできます。



インフルエンザの予防接種費用を一部助成します

10月1日から、令和5年度の高齢者および小児インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。インフルエンザは、通常の風邪に比べ症状が重く、全身症状も顕著に現れます。最も有効な予防法は、流行前に予防接種を受けることです。医療機関によって予約開始時期や受付期間、予約方法、自己負担額などが異なりますので、接種を受ける前に医療機関へご確認ください。



高齢者インフルエンザ予防接種 (定期予防接種)

対象者には、9月末にご案内をお送りします。紛失した場合は、健康増進課で再発行ができますので、お問い合わせください。

▶対象：接種日当日に市内に住民登録があり、下記のいずれかに該当する方

○接種日当日 65歳以上の方

○60～64歳の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方（各障がいについて、身体障害者手帳1級および2級を所持する方）

▶接種期間：10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

▶助成回数：1回

▶助成額：上限2,000円

▶接種場所：茨城県広域予防接種
協力医療機関（QRコード参照）



※接種期間外の接種は全額自己負担となります。

※施設入所中の方、病院入院中の方および茨城県外に長期滞在中の方で、茨城県外の医療機関で接種を希望する方は、事前に健康増進課へお問い合わせください。

小児季節性インフルエンザ (任意予防接種)

予診票設置場所は、健康増進課（保健福祉センター）、市民窓口課（伊奈庁舎・谷和原庁舎・みらい平市民センター）、各子育て支援室です。

▶対象：接種日当日に市内に住民登録があり、下記のすべてに該当する方

○生後6か月～中学3年生の方

○保護者が任意の予防接種であることを認識し、予防接種を希望する方

▶接種期間：10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

▶助成回数：生後6か月以上13歳未満 2回
13歳～中学3年生 1回

▶助成額：接種1回につき上限1,000円

▶接種場所：つくばみらい市任意予防接種
協力医療機関（QRコード参照）



※接種期間外の接種は全額自己負担となります。

※協力医療機関以外で接種した方は、償還払い制度が適用されます。接種額が証明できる領収書、接種したことが証明できるもの（母子健康手帳など）、印鑑を持参のうえ、健康増進課窓口で申請してください。