

高齢者のインフルエンザ・新型コロナワクチン接種が始まります

対象(市民で次のいずれかに該当する方)

- **65歳以上** 予防接種を希望するという意思表示ができる方
- **60～64歳** 心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスの疾病により身体障害者手帳 1 級をお持ちの方、診断書などにより同程度の障がいがあると認められる方

自己負担金 ●インフルエンザワクチン **1,300円** ●新型コロナワクチン **1,900円**

(生活保護受給者などは、市が発行する無料受診証の提示で無料)

持ち物 年齢・住所が確認できるもの(保険証、運転免許証 など)

実施方法 ①次の一覧表にある医療機関に電話予約 ②体調の良い時に受診
③医療機関で体温を測定し、医療機関にある予約票に必要事項を記入

実施場所 **令和6年度 インフルエンザ(㊷)・新型コロナ(㊸)ワクチン接種委託医療機関一覧表**

医療機関名	＜上田地域＞	所在地	電話番号	📞	📍
あおぞらクリニック	上田原		☎75・1100	○	○
あさむら耳鼻咽喉科クリニック	秋和		☎28・8733	○	
葦沢内科医院	芳田		☎35・3330	○	
あや皮フ科クリニック	神畑		☎75・8120	○	
あゆみ緩和ケアクリニック	常田三丁目		☎71・0960	○	
安藤病院	中央西一丁目		☎22・2580	○	○
飯島耳鼻咽喉科医院	大手一丁目		☎22・1270	○	
飯田整形ペインクリニック	上田原		☎28・1211	○	○
池田クリニック	上田原		☎22・5041	○	○
いでうら呼吸器内科・耳鼻咽喉科・消化器内科医院	古里		☎71・6078	○	○
い内科クリニック	古里		☎21・3737	○	○
上田国分糖尿病内科クリニック	国分一丁目		☎75・2890	○	
上田腎臓クリニック	住吉		☎27・2737	○	○
上田生協診療所	上塩尻		☎23・0199	○	○
上田整形外科内科	常田二丁目		☎75・7518	○	○
上田透析クリニック	御所		☎27・3006	○	
うへだはらライフクリニック	上田原		☎22・0873	○	○
上田原レディース&マタニティークリニック	上田原		☎26・3511	○	○
上田病院	中央一丁目		☎22・3580	○	○
大谷外科・眼科	常田三丁目		☎27・2220	○	
金井医院	国分		☎22・9716	○	○
川西医院	保野		☎38・2811	○	○
かんがわクリニック	蒼久保		☎34・5151	○	○
クリニック岡田	中央六丁目		☎24・2662	○	
小泉クリニック	小泉		☎81・0088	○	○
甲田医院	中央一丁目		☎22・0859	○	○
甲田クリニック	古安曾		☎38・3065	○	○
こさとクリニック	古里		☎28・4111	○	
五野医院	小島		☎38・0101	○	○
小松内科循環器科医院	上田		☎27・2200	○	
斉藤外科医院	蒼久保		☎35・0887	○	○
桜の丘こどもクリニック	小島		☎71・6171	○	
ささき小児科医院	常磐城五丁目		☎27・7700	○	
さとう内科おなかクリニック	中央一丁目		☎22・2342	○	
塩田病院	中野		☎38・2221	○	○
下形整形外科クリニック	芳田		☎35・5252	○	○
城南医院	御所		☎22・3481	○	○
杉山クリニック	中央北一丁目		☎26・8200	○	
住吉耳鼻咽喉科医院	住吉		☎22・3387	○	○
田中クリニック	常入一丁目		☎23・5757	○	○
日新堂医院	中央三丁目		☎22・0558	○	○

☎ 健康推進課 ☎28・7124 丸子保健センター ☎42・1117

実施期間

10月1日(火)～
令和7年1月31日(金)



医療機関名	＜上田地域＞	所在地	電話番号	📞	📍
橋本医院	舞田		☎38・2033	○	○
ハートクリニック上田	踏入二丁目		☎23・0386	○	○
はらだ内科クリニック	大屋		☎36・0520	○	○
半田循環器科内科医院	中之条		☎28・0888	○	○
日比優一クリニック	上田原		☎21・0721	○	○
豊殿診療所	殿城		☎29・1220	○	○
三原内科医院	中之条		☎27・6500	○	○
宮坂内科小児科医院	常田二丁目		☎22・0759	○	
宮下医院	中央西一丁目		☎22・4328	○	○
村上医院	大手一丁目		☎22・3740	○	○
室賀診療所	上室賀		☎31・1070	○	○
森口コモクリニック	下之郷乙		☎38・1313	○	○
柳澤病院	中央西一丁目		☎22・0109	○	○
山田内科医院	下之郷乙		☎26・8181	○	○
吉田こども医院	常入一丁目		☎24・1222	○	
吉松整形外科クリニック	上田		☎25・2515	○	
依田医院	常磐城五丁目		☎28・1223	○	
リサーチパーククリニック	下之郷		☎37・1133	○	○
わかた内科	新町		☎38・2540	○	○
渡辺皮膚科形成外科クリニック	小牧		☎29・1112	○	

医療機関名	＜丸子地域＞	所在地	電話番号	📞	📍
生田耳鼻咽喉科医院	生田		☎41・1187	○	○
大久保医院	生田		☎42・6465	○	○
沖山医院	長瀬		☎42・3451	○	○
鹿教湯病院	鹿教湯温泉		☎44・2111	○	○
岸医院	上丸子		☎42・2679	○	○
すがわら整形外科クリニック	長瀬		☎42・5865	○	
塚原醫院	上丸子		☎42・5558	○	○
つかはらクリニック	塩川		☎75・5544	○	○
のどか内科クリニック	中丸子		☎42・6501	○	○
丸子中央病院	中丸子		☎42・1111	○	○
山浦内科クリニック	長瀬		☎71・0170	○	○

医療機関名	＜真田地域＞	所在地	電話番号	📞	📍
小林医院	傍陽		☎75・3555	○	○
さなだクリニック	長		☎72・0711	○	
本原クリニック	本原		☎72・5550	○	○

医療機関名	＜武石地域＞	所在地	電話番号	📞	📍
武石診療所	下武石		☎85・3308	○	○

医療機関名	＜その他地域＞	所在地	電話番号	📞	📍
国保依田窪病院	長和町古町		☎68・2036	○	○

真田保健センター ☎72・9007 武石健康センター ☎85・2067

地域で支える
上田の子育て

子育てのお手伝いをしてくれる方を募集しています!!

上田市ファミリー・サポート・センター 会員募集・講習会

ファミリー・サポート・センターは、子育ての手助けをしてほしい方(依頼会員)と、子育てのお手伝いをしたい方(提供会員)が会員として登録し、子育ての相互援助活動を有償(1時間あたり基本600円)で行う会員組織です。

主な活動

- 保育園・幼稚園・放課後児童施設の送迎や前後の預かり
- 通院やきょうだいの行事など、保護者の外出時の預かり
- 保育園・幼稚園・小学校の休校時の預かり

●講習会を開催

提供会員になっていただけた方を対象に講習会を開催します。年齢、性別、資格などは問いません。活動に興味がある方や子育て中の方も、お気軽にご参加ください。

場 所 ふれあい福祉センター3階 訓練室

申 込 10月15日(火)までに電話または申込フォームから。
※先着3名まで託児あり。10月7日(月)までに要予約。

開催日	時 間	内 容
10月17日(木)	9:30～10:20 10:30～11:30	ファミリー・サポート・センターの説明 子どもの食事・健康管理
10月18日(金)	9:30～10:50 11:00～12:00	特別な支援を必要とする子どもへの対応 車での送迎の留意点とチャイルドシートの着用
10月21日(月)	9:30～11:00 11:10～12:10	子育て支援サービスを提供するために／保育の心・子どもの世話／子どもの遊び 子どもの身体の発達と病気
10月22日(火)	9:30～11:00 11:10～12:00	子どもの事故と安全対策 救命入門コース(心肺蘇生、AED) 提供会員との交流会

☎ 上田市ファミリー・サポート・センター本部 ☎21・3016

(子育て・子育て支援課)

申込フォーム



10月は乳がん月間です

☎ 健康推進課
☎28・7124

…………… ブレスト・アウェアネスをご存じですか? ……………

自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活することを「ブレスト・アウェアネス」といい、乳がんの早期発見・診断・治療につながる、女性にとって非常に重要な生活習慣です。

ブレスト・アウェアネスの4つのポイント

- ① 自分の乳房の状態を知るために、日頃から自分の乳房を見て、触って、感じる(乳房のセルフチェック)
- ② 気を付けるべき乳房の変化を知る(しこりや血性の乳頭分泌物 など)
- ③ 変化に気が付いたら、すぐに医療機関を受診する
- ④ 40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受ける

入浴や着替えのときなどに、普段と変わりが無いか、自分の乳房の状態をセルフチェックしましょう。「ブレスト・アウェアネス」を心がけることで、変化があった場合にはすぐに医療機関を受診するなどの適切な行動が習慣付けられます。

また、乳がん検診(マンモグラフィ)は、「死亡率を減少させることが科学的に証明された」有効な検診です。日頃のセルフチェックに加え、40歳以上の女性は定期的に検診を受けましょう。



市ホームページ

アピアランスケア用品の購入費用の一部を補助します

がんやがん治療の副作用による脱毛や、乳房の喪失といった外見の変化へのケアを「アピアランスケア」と言います。市では、こうした外見の変化による心理的負担を軽減するため、アピアランスケア用品(ウィッグや乳房補整具など)の購入費用の一部を補助します。対象者、申請方法などの詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ