



○ 健康診査を受けてください

40歳以上の国民健康保険・後期高齢者医療保険に入っている人を対象に健診（健康診査）をおこないます。

対象の人には4月下旬に受診券（健診を受けるための券）を送っています。

※国民健康保険に入っている人：特定健康診査

後期高齢者医療保険に入っている人：後期高齢者医療健康診査

■期間

5月8日から12月16日まで

■場所

芦屋市内の健診をおこなっている医療機関

※特定健診は集団健診会場でも受けることができます。

■申し込み

医療機関に電話して申し込んでください。

※特定健診の集団健診はQRコードから申し込むことができます。



また、子ども家庭・保険センターへ電話して予約することもできます。

■特定健診を受けない人で、職場の健診や医療機関で受けた

検査結果を保険課へ提出した人は『健康年齢通知』がもらえます。

『健康年齢通知』で自分の健康状態を知り、健康に気をつけてください。

※詳しいことは国民健康保険ホームページをご覧ください。

■問い合わせ

保険課管理係 ☎0797-38-2035

保険課後期高齢者医療係 ☎0797-38-2037

子ども家庭・保健センター 健診担当 ☎0797-31-1666

○ バーベキューをするときは きまりを 守ってください

城山えん提より南側の芦屋川流域やキャナルパークはバーベキュー禁止です。総合公園のバーベキューコーナーを利用してください。

■問い合わせ

環境課 ☎0797-38-2050

○ 「ひとり一役活動」について 知らせます

市民が芦屋市でボランティア活動を行います。市の施設や高齢者（年齢の高い人）の家へ行きます。そこで花の世話をしたり、話の相手をしたり趣味の活動と一緒にへ行ったりします。この活動はポイントがつかます。ポイントをお金にかえることができます。（1年間で5千円までです）

この活動を「ひとり一役活動」といいます。

問い合わせは地域福祉課です。 ☎0797-38-2040

「ひとり一役活動」を ^{ひとやくかつどう} はじめたいとき ^{連絡} してください。

^{じむきょく} 事務局（^{あしやししゃかいふくしきょうぎかい} 芦屋市社会福祉協議会）で ^{いつでも} ^{とうろく} 登録ができます。

■ ^{たいしょう} 対象 ^{あしやし} 芦屋市に ^す 住んでいる人、^{あしやし} 芦屋市で ^{はたら} 働いている人、^{あしやし} 芦屋市の ^{がっこう} 学校に

^い 行っている人、^{あしやし} 芦屋市で ^{かつどう} なにかの ^{ひと} 活動をしている人です。

^{さいいじょう} 18歳以上の人です。

※ ^{とうろく} 登録するとき ^{ひょうごけん} 「兵庫県ボランティア・市民活動災害共済」（ボランティア

^{ほけん} 保険・^{ねんかん} 年間500円）へ ^{かにゆう} 加入してください。

※ ^{ポイント} を ^{かね} お金に ^{かえ} えることができる人は ^{あしやし} 芦屋市に ^す 住んでいる人（^{さいいじょう} 18歳以上）
です。

■ ^{とうろく} 登録の方法

^{ねん} 1年たったなら ^{また} ^{とうろく} 登録してください。

① ^{ひとやくかつどう} 「ひとり一役活動」の ^{せつめい} 説明を ^{きく} きく

② ^{とうろく} 登録の ^{もうこ} 申し込みの ^{かみか} 紙を ^{かく} 書く

③ ^{ひとやくかつどう} 「ひとり一役活動 ワーカー手帳」を ^{てちょう} 受け取る

■ ^{とうろくせつめいかい} 登録説明会（事務局へ ^{もうこ} 申し込んでください）

・ ^{がつ} 6月26日（^{にち} 月曜日）^{ごご} 午後1時30分から ^じ 3時まで。市民センター114室

・ ^{がつ} 7月25日（^{にち} 火曜日）^{ごご} 午後1時30分から ^じ 3時まで。保険福祉センター2階

「ひとり一役活動」は ^{つぎ} 次のように ^{おこな} 行っています。

① ^{とうろく} 登録する

② ^{かつどう} 活動する

③ ^{スタンプ} を ^{ため} る

④ ^{スタンプ} を ^{ポイント} にしてから、^{かね} お金を ^{うと} 受け取る（^{うと} 受け取りは ^{ねんかん} 1年間で ^{せんえん} 5千円）

までです。^{うと} 受け取りを ^{もうこ} 申し込んだ人 ^{ひと} だけです）

^{じむきょく} 事務局・^{とあ} 問い合わせ

^{あしやししゃかいふくしきょうぎかい} 芦屋市社会福祉協議会 ☎0797-32-7525/Fax 0797-32-7538

✉ ^{hitori@ashiya-shakyo.com} (〒659-0051 ^{くれかわちょう} 呉川町14-9)

^{ほけんふくし} 保健福祉センター2階 ^{かい} ボランティア ^{かつどう} 活動センター

〈^う 受け付け時間〉^{つかん} 月曜日から ^{げつようび} 金曜日まで（^{しゅくじつ} 祝日は除く）

^{ごぜん} 午前9時から ^{ごご} 午後5時30分まで

○ ^{しんがた} 新型コロナウイルス ^{せつしゅ} ワクチン ^{ちゅうしゃ} 接種（^う ワクチンの ^{しょうほう} 注射を受けること）の ^{じょうほう} 情報
です

^{ねんはる} 2023年 ^{かいし} 春に ^{せつしゅ} 開始の ^し ワクチン ^{接種} について ^{知らせ} ます

■ ^{たいしょう} 対象

^{さいいじょう} 5歳以上の人で ^{しょかいせつしゅ} 初回接種が ^お 終わっていて ^{ぜんかい} 前回の ^{せつしゅ} 接種から ^{げつ} 3カ月 ^す が ^{ひと} 過ぎた人
です。

そして ^{つぎ} 次の ①から③の ^あ どれかに ^{ひと} 当てはまる人です。

① ^{さいいじょう} 65歳以上の人

【^{さい} 5歳から ^{さい} 64歳の人で】

② ^{きそしっかん} 基礎疾患が ^{ひと} ある人（^{からだ} 体に ^{わる} 悪いところがある）

または ^{じゅうしょうか} 重症化 ^{ひと} リスクが ^{いしゃ} ある人（^{かんが} 医師の ^考 え）

③ ^{びょういん} 病院、^{こうれいしゃ} 高齢者、^{しょう} 障がい者 ^{しや} の ^{しせつ} 施設で ^{はたら} 働いている人

※ ^{きそしっかん} 基礎疾患については ^{ねんれい} 年齢などによって ^{ないよう} 内容が ^{ちが} 違います。

詳しいことは QRコードで 確認してください。



【 5歳から11歳の追加接種について 】

① 初めて オミクロン株対応ワクチンを接種する人

⇒ だれでも 接種できます

② 5月7日までに オミクロン株対応ワクチンを1回接種した人 ⇒ 対象②の人です

③ 5月8日以降にオミクロン株対応ワクチンを1回接種した人 ⇒ 9月開始の

接種まで 待ってください

【 接種券が届く時期 】

前の接種から3カ月を過ぎる日の10日くらい前に届きます。

まだ使っていない接種券を持っていたら それを使ってください。

【 接種が始まる時期 】

① 上記の対象者 ⇒ 実施中

2023年 春の開始 (5月8日から8月) で1回

2023年 秋の開始 (9月から12月) で1回 ※2回 受けることができます

② それ以外の人 ⇒ 9月に接種が始まります

【 ワクチン接種を 実施しています 】

① 従来型ワクチン (初回接種の人)

(12歳以上) と 子ども (6カ月から11歳)

② オミクロン株対応型ワクチンの接種 (追加接種の人)

(12歳以上) と 子ども (5歳から11歳)

□ 予約の方法

接種券が届いたあと、接種券を見て予約してください。

電話番号を間違わないように気をつけてください。



① インターネット (web) で予約する ▶▶▶ こちらです

② 電話で予約する

⇒ 芦屋市新型コロナワクチン コールセンター

☎0797-31-0655へ 電話してください。

受付時間: 午前9時から午後5時30分 (土曜日・日曜日・祝日) も受け付けています。

聞くことや 言葉で 困ったら Fax0797-31-1018へ 相談してください。

○ Take a Health Checkup

In April, health checkup coupons were sent to people who can take the health checkup.

You can take a health checkup if you are 40 years old and older, and you are covered by National Health Insurance or Medical Care System for the Elderly.

※ If you are covered by National Health Insurance, you can take the “Specific Health Checkup.”

※ If you are covered by the Medical Care System for the Elderly, you can take the health checkup for people aged 75 and older.

■ When can I take the health checkup?

・ May 8~December 16, 2023

■ Where can I take the health checkup?

・ Hospitals and clinics in Ashiya City that have health checkups.

※ You can take the “Specific Health Checkup” at a Group Medical Examination Center, too.

■ How can I make an appointment?

- Please call a hospital or clinic directly.

※ You can make an appointment at a Group Medical Examination Center with a 2D



code. You can call the Children and Family Health Center, too.

■ What do I do, if I did not take the “Specific Health Checkup”?

- If you took a health checkup at your workplace, or a hospital or

clinic You can bring the results to the Insurance Section at City Hall.

- You will receive a “Health Age Notification.”
- Learn about your health and take care of yourself.
- Visit the National Health Insurance website for more information.

■ Contact: Management Subsection, Insurance Section Phone: 0797-32-2035

Medical Care for the Elderly Subsection Phone: 0797-38-2037

Children and Family Health Center Phone: 0797-31-1666

○ Follow Barbeque (BBQ) Rules

- ✓ Do not barbeque by Ashiyagawa River (south of the Okuike Shiroyama Dam).
- ✓ Do not barbeque by Ashiya Canal Park (both the north and south sides of the canal).
- ✓ Please use the barbecue area at Ashiya Grand Park.

■ Contact: Environment Section Phone: 0797-22-7910

○ “Hitori-Hitoyaku” Activityy

“Hitori-Hitoyaku” means one person-one role.

■ What is a “Hitori-Hitoyaku” Activity?

- You can volunteer at an Ashiya City facility or an old person's home.
- For example, you can take care of flowers at an Ashiya City facility. You can volunteer to talk with an old person or help them enjoy a hobby.
- You can receive points for volunteer work for Ashiya City.
- You can exchange your points for money (up to 5,000 yen each year).
- You can ask the Community Welfare Section (0797-38-2040) about the “Hitori-Hitoyaku” Activity.

■ How can I start a “Hitori-Hitoyaku” Activity?

- You can register with the Ashiya City Social Welfare Council.
- You can register at any time.

➤ Who can register?

- People who are 18 years old and above, and who live, work, go to school, or do some kind of activity in Ashiya City.

※ When you register, you need volunteer insurance (500 yen).

※ People living in Ashiya can exchange points for money (18 years old and above).

➤ How can I register?

- ① Come to a Registration Meeting and learn about the “Hitori-Hitoyaku” Activity
- ② Fill out a registration form
- ③ Receive a “Hitori-Hitoyaku” Activity Worker Handbook

※ You need to register every year.

➤ When is the Registration Meeting?

- June 26 (Mon.) 1:30~3:00 p.m., Ashiya Citizens' Center, Room 114
- July 25 (Tue.) 1:30~3:00 p.m., Health and Welfare Center, 2nd floor

※ Please make a reservation with the Ashiya City Social Welfare Council.

➤ How does the "Hitori-Hitoyaku" Activity work?

① Register ⇒ ② Do volunteer work ⇒ ③ Receive stamps ⇒ ④ Exchange stamps and receive money

※ You can receive up to 5,000 yen each year.

※ You need to register to receive money.

■ Contact: Ashiya City Social Welfare Council

Phone: 0797-32-7525

E-mail: hitori@ashiya-shakyo.com, Fax: 0797-32-7538

14-9 Kurekawa-cho, Ashiya, 659-0051

Volunteer Activity Center, Health and Welfare Center 2nd floor

Monday~Friday, 9:00 a.m.~5:30 p.m. (closed on holidays)

○ **Information about COVID-19 Vaccination**

● Spring 2023 Omicron Booster Shot Vaccination

■ Who can receive the Spring 2023 vaccination?

➤ People who are 5 years old and older, and

- Received their initial (1st and 2nd) vaccinations
- More than 3 months have passed since their last vaccination and
- Fit one of the requirements ①~③ below:

① 65 years old and older,

If you are 5~64 years old, and

② Have a medical condition or are at high risk of getting very sick, or

③ Work at a hospital, or a place for old people or people with disability

※ The list of medical conditions is different by age. For more information, please check the 2D code.



■ Who can receive the Omicron Booster Shots for Children (5 to 11 year-olds)

- Everyone who wants to receive the Omicron booster shot for the first time
- Children who fit ② above, who received one shot of the Omicron booster shot on or before May 7, can receive their 2nd Omicron booster shot.
- Children who received one shot of the Omicron booster shot on or after May 8 need to wait until the September vaccination for their 2nd Omicron booster shot.

■ When will I receive my vaccination coupon?

- Around 10 days before 3 months have passed since your last vaccination.
- If you have a vaccination coupon you did not use, please bring the coupon for your vaccination.

■ When will the Omicron booster shot vaccination start in 2023?

- People who fit the above conditions can receive the vaccination twice (=two times).
 - ▷ Spring 2023 vaccination (May 8~August), and

▷ Autumn 2023 vaccination (September~December)

➤ For other people, vaccination starts in September.

■ Other Vaccinations

➤ Initial (1st and 2nd) COVID-19 vaccination that will help protect you from the original COVID-19 virus (for 12 years old and above, children 5~11 years old,

and toddlers 6 months old~4 years old)

➤ Omicron booster shot (for 12 years old and above, and children 5~11 years old)

■ How to Make a Reservation

• Please have your vaccination coupon ready when you make a reservation.

➤ Online (Web) reservation:

Ashiya City COVID-19 Vaccine Reservation Website



➤ Telephone reservation:

Ashiya City COVID-19 Vaccine Call Center Phone: 0797-31-0655

• 9:00 a.m.~5:30 p.m. every day, including Sat., Sun., and public holidays

➤ If you have language problems or have trouble communicating, you can send a fax to 0797-31-1018.

Published by

Ashiya Municipal Shio-Ashiya Exchange Center

7-1 Kaiyo-cho Ashiya 659-0035

発行：あしやしりつ しおあしやこうりゅう
芦屋市立 潮芦屋交流センター

〒659-0035 あしやしきょうちよう
芦屋市海洋町 7-1

TEL : 0797-25-0511 FAX : 0797-25-0512

<http://www.ashiya-sec.jp>