

※7月15日現在の情報です。

新型コロナワクチンは医療機関での個別接種を無料で実施

※新型コロナワクチンの接種は強制ではありません。重症化リスクが高い人は接種をご検討ください。

	春 開始接種	8月31日(木)まで	秋 開始接種	9月から
対象者	初回接種を終了した ●65歳以上の高齢者 ●5歳以上の基礎疾患がある人、その他重症化リスクがあると医師が認める人 ●医療従事者、高齢者施設・障害者施設従事者		初回接種を終了した 5歳以上のすべての人	
接種場所	かかりつけ医など個別接種実施医療機関			
接種券	対象者へ発送中		対象者へ9月に発送予定	

※生後6カ月以上の人初回接種は、通年実施しています。

問合せ 新型コロナウイルス感染症医療対策室 ☎39-9908 ☎35-6533

発熱時等の受診相談、新型コロナウイルス感染症陽性者の体調悪化時の相談 ☎#7700または☎083-902-2510 受診・相談センター(毎日24時間)

接種券を紛失した場合や、前回接種後に転入した場合は、ウェブから左記問い合わせまで電話で申請してください。

ウェブ申請 新型コロナワクチン接種券発行申請

秋開始接種の開始日やワクチンについて国からの情報が示され次第、市ウェブサイトなどでお知らせします。

Healthcare ヘルスケア情報

高血圧を放っておくと大変なことに 脳出血、脳梗塞、心筋梗塞、眼底出血...

問合せ 健康増進課 ☎31-1777 ☎35-6533

高血圧改善のカギは「食事」と「運動」

宇部市は県や国よりも高血圧治療者が多い

高血圧の原因

- 塩分のとりすぎ
- 運動不足
- 過剰飲酒
- 精神的ストレス
- 喫煙 など

高血圧服薬者割合

地域	割合 (%)
宇部市	40.9%
山口県	37.9%
全国	35.8%

出典: 国保データベースシステム(令和4年度)

募集 あなたも仲間と一緒に生活習慣改善に取り組もう!

※詳細は市ウェブサイトをご確認ください ※企業や市民団体単位での申込になります

無理のない減塩 野菜たっぷり

出張! へら塩ベジラベチャレンジ(調理・試食会)

かんたんレシピを作って・食べて、「へら塩ベジラベ」について学びませんか? ※レシピは最終ページ(12面)をチェック!!

試食会に参加された健幸アンバサダーの感想

「トマト風味の野菜たっぷり肉じゃが」※玉ねぎの甘さも有り、子どもでも食べやすい味でした。野菜が輪切りのため、調理の時短にもなっているなと思いました!

「オニオントマトサラダ」酢がきいていて、さっぱり食べやすかったです。ドレッシングは他にも活用してみたいと思います!

出張! 体力測定・運動体験会

ご自分の体力年齢はご存じですか? あなたに合った運動方法もご紹介します。

運動指導のプロが、参加者の体力や年齢にあわせてサポート・指導します! 講師: ミネルバ宇部 選手

さあ、歩こう!

高血圧予防に効果的な有酸素運動もご紹介します

背すじをのばす

かかとで着地

一歩を大きく

ウェブ番号 1019365

ウェブ番号 1019699

説明会・公聴会

今後の計画について、市民のみなさんへ説明会を開催します

都市計画公園(真締川公園)の変更

素案の縦覧	期間	8月1日(火)~23日(水)	ウェブ番号	1019596
	場所	都市計画課、公園緑地課		
説明会	日時	8月8日(火) 19:00から		
	場所	市役所		
公聴会	日時	8月23日(水) 19:00から		
	場所	市役所		
	提出先	公聴会で意見を述べるには8月16日(水)までに公述申出書を持参・郵送[必着]で都市計画課へ ☎755-8601 常盤町一丁目7-1 ☎34-8465 ☎22-6049 ※提出がない場合、公聴会は開催しません。		

都市計画小串土地区画整理事業の変更

素案の縦覧	期間	8月1日(火)~18日(金)	ウェブ番号	1019591
	場所	都市計画課		
説明会	日時	8月5日(土) 9:30から、13:30から(各時間の内容は同じ)		
	場所	新川ふれあいセンター		
公聴会	日時	8月18日(金) 19:00から		
	場所	新川ふれあいセンター		
	提出先	公聴会で意見を述べるには8月10日(木)までに公述申出書を持参・郵送[必着]で都市計画課へ ☎755-8601 常盤町一丁目7-1 ☎34-8465 ☎22-6049 ※提出がない場合、公聴会は開催しません。		

職員募集

宇部市の未来を共に創る意欲あふれる人材を募集しています。

令和6年4月採用の正規職員

区分	職種	採用予定人数
中級(短大卒業程度)	保育士(経験者枠)	2人程度
	行政	4人程度
初級(高校卒業程度)	土木	2人程度
	電気	1人程度
障害者選考	行政	1人程度

試験日 9月17日(日) 申込期限 8月27日(日)まで

職員課 ☎34-8839 ☎22-6057 申込みはこちら

通年で正規職員を募集中!

区分 上級 職種 行政(社会人枠)、土木、建築

試験日 随時 問合せ 職員課 ☎34-8839 ☎22-6057

※採用予定人員に達した時点で募集を終了します。

申込みはこちら

YouTubeでも紹介 宇部市長チャンネル

会計年度任用職員

任期 10月1日~令和6年3月31日まで ※採用後は勤務成績により、2回を限度に再度任用されることがあります

職種	採用予定人数	試験日	申込期間	問合せ	詳細
障害者就労ワークステーション業務員	1人程度	8月26日(土)(予備日27日(日))	8月1日(火)~15日(火)	障害福祉課 ☎34-8342 ☎22-6052	ウェブ番号 1019698

交通局 職員採用上級試験(大学卒業程度)

対象 昭和59年4月2日から平成14年4月1日までに生まれ、学校教育法に基づく大学を卒業した人が令和6年3月までに卒業見込みの人

試験日 場所

- ▶第一次試験 9月23日(土・祝) 9:30~11:50 多世代ふれあいセンター
- ▶第二次試験 10月中旬以降予定 交通局

採用予定人員 1人程度 申込期間 8月1日(火)~9月8日(金)

申込み 受験申込書・受験票を持参か郵送で交通局へ ☎759-0134 大字善和203-90 ☎31-1133 ☎22-1772

水道料金の基本料金を免除

申込手続き不要

物価高騰の影響を受けている市民や事業者の経済的負担を軽減するため、令和5年8月・9月検針分の水道料金のうち基本料金部分を免除します。

対象 公的機関を除く水道使用者

対象期間 令和5年8月・9月検針分

問合せ 水道局総務企画課 ☎21-2171 ☎21-2172

注意事項 市や水道局職員が電話・訪問することやATMの操作をお願いすることはありません。不審な電話やメールがあった場合は、警察や水道局にご連絡してください。