

☆各種健診(検診)・相談など

項 目		日	場 所	受付時間	対象 (市民)	定員 (先着)	検診料	申込受 付開始
子宮頸がん検診		10月16日(日)	保健福祉センター(午後)	13：30 14：00	20歳以上 の女性	50人	600円	9月6日(火)
		10月17日(月)	十市小学校体育館(午後)					
肺がん結核検診 特定・後期高齢者 健康診査		9月 5日(月)	国府公民館(午後)	13:30～15:00 (午後のみ実施)	40歳以上	なし	★肺がん・結核検診 40～64歳/200円 65歳以上/無料 ★特定・後期高齢者健康 診査 国保及び後期高齢者医療 の方は無料 その他の保険の方は医療保 険者にお問い合わせ下さい	申込不要
		9月14日(水)	三和防災コミュニティセンター	9:30～11:00(午前) 13:30～15:00(午後)				
		9月27日(火)	大湊小学校体育館(午前)					
			久枝公民館(午後)					
乳 幼 児 健 診	4か月児健診	9月29日(木)	保健福祉センター	12：45～14：00	全地区	なし	無料	申込不要
	10か月児健診	9月15日(木)						
	1歳6か月児健診	9月 1日(木)						
	3歳4か月児健診	9月 8日(木)						

総合健診（検診）

- 日 時／10月16日(日)・10月17日(月)
- 場 所／保健福祉センター
- 集合時間／希望健診(検診)項目によって異なりますので、郵送でお知らせします。(すべて午前中で終了します。)
- 申込期間／9月12日(月)～10月11日(火)
- ※定員に達し次第締め切ります。

健診（検診）項目	定 員
肺がん検診	80名
肺がん・結核検診	
胃がん検診	70名
大腸がん検診	100名
子宮頸がん検診	60名
健康診査	80名
歯科健診	40名

■健診(検診)の対象者と健診(検診)料

健診(検診)項目	対象者	健診(検診)料
肺 が ん 検 診	40～64歳	200円
肺がん結核検診	65歳～	無 料
胃 が ん 検 診	40歳～	900円
大 腸 が ん 検 診	40歳～	400円
子宮頸がん検診	20歳～(女性のみ)	600円
健 康 診 査	40歳～	医療保険者により異なります
歯 科 健 診	40歳～	無 料

- 胃がん検診では、次のような症状のある方は専門の医療機関での受診をお勧めします。
 - ・胃腸の運動機能が低下している方(強い便秘症の方など)
 - ・胃腸の病気がある方(胃腸手術歴のある方など)
 - ・よくむせる、飲み込みが悪いなどの症状がある方(過去にバリウムが気管に入った方)
- 勤務先などで受診機会がある方や今年度すでに受診済みの健診(検診)は、ご遠慮ください。
- 健康診査の受診には、加入している医療保険者発行の受診券(特定健康診査受診券・健康診査受診券)が必要です。
- 次の方は、各種がん検診料が無料になります。
 - ①平成28年度内に40歳・50歳となる方、②平成28年度内に70歳以上となる方、③生活保護世帯の方、④身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方(検診料のお支払い時に手帳の提示が必要です。)

子宮頸がん検診

子宮頸がん検診は2年に1回の検診です。今年度は、27年度に受診できなかった方のみを対象に実施しますのでご注意ください。(ただし、記念検診対象者は関係なく受診できます。)

施設検診

- 日時／10月13日(木)・26日(水)
- 場所／なんごく産婦人科
- 受付時間／14:00,14:30,15:00,15:30,16:00
- 対象／20歳以上の女性
- 検診料／800円
- 定員／先着20名(1日につき)
- 申込受付開始日／9月9日(金)8:30～
- 申込先／保健福祉センター

次の方は、各種がん検診料が無料です

- ①平成28年度に40歳・50歳となる方
- ②平成28年度に70歳以上となる方
- ③生活保護世帯の方
- ④身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方(検診料のお支払い時に手帳の提示が必要です)

※この2ページの健診などの
申込先・お問い合わせは

保健福祉センター

(〒783-0004 南国市大湊甲320
☎863-7373) まで

子育て支援センター
ひよこルーム
(保健福祉センター内)

おもちゃ・遊具・絵本もあり、子どもさんと一緒に遊べるようになっていきます。親子で気軽にお越しください。電話、来所による子育て相談も行っています。



ひよこルーム集いの日

- 日時／毎週月・金曜日
9時30分～12時
- 場所／保健福祉センター
- 対象／主に未就園児とその保護者
- 今月の休み／9月19日(月・祝)
- マタニティ&ベビーひよこ
- 日時／毎週水曜日
10時～11時30分
- 場所／保健福祉センター
- 対象／妊婦さんと生後6か月までの子どもさんとその保護者
- 今月の計測日／9月14日(水)
- 保健師、助産師による計測(体重身長や育児相談が受けられます)

よちよちひよこルーム

- 日時／毎週木曜日
10時～11時30分
- 場所／保健福祉センター
- 対象／生後6か月から歩行するまでの未就園児とその保護者
- 今月の休み／9月22日(祝)
- 「マタニティ&ベビーひよこ」と「よちよちひよこ」では、対象の子どもさんの兄弟を連れての参加の場合は兄弟のお世話ができる同伴者が必要です。

子育て講座

- 日時／10月11日(火)
午前10時～11時30分
(受付午前9時30分)
- 場所／保健福祉センター
- 内容／「親子で楽しく体を動かそう!」
- 講師／岩城 美喜江先生
(ミュージックケア認定指導者)
- 対象／1歳6か月以上の(主に市内)未就園児とその保護者
- 定員／15組
- 参加費／500円
(資料代等含む)
- 募集受付開始日
9月20日(火)～
受付開始(定員になり次第締め切り)

離乳食教室

初期・中期

～ゆうゆう赤ちゃん～

離乳食を作りながら、子育てについて情報交換しませんか？
当日は、母子保健推進員・託児ボランティアによる託児もあります。
電話でお申し込みください。

- 日時／10月18日(火) 13：30～15：30
- 場所／保健福祉センター
- 持参物／母子手帳・エプロン・三角巾・筆記用具・手拭きタオル
- 参加料／無料
- 託児定員／15名



☆休日在宅医 (変更する場合があります)

日 曜	当 番 医	電話
9/4 日	川田内科(後免町)	864-2501
11 日	川本内科クリニック(駅前町)	864-2543
18 日	南国厚生病院(立田)	863-3030
19 月	宮田整形外科(篠原)	863-5885
22 木	岡豊病院(岡豊町)	866-2345
25 日	JA高知病院(明見)	863-2181
10/2 日	田村こどもクリニック(篠原)	863-0723

※当番医療機関では、専門外の疾病は十分診察できない場合があります。

南国市精神障がい者
“ミニデイケア”

自宅で生活している精神障がい者の方が気軽に集まって、楽しく過ごすことを目的に、月に1回メニューを変えて開催しています。
9月のテーマは「心も身体もリラックス」誰でもできる気持ちのいい運動を健康運動指導士に教えてもらいます。気持ちよく眠るために、楽しく身体を動かしましょう。動きやすい服装でかかとの低い靴でご参加ください。今回は家族も参加できます

- 対象：精神疾患の治療を受けながら自宅で生活している方(あらかじめ、主治医に参加の許可をもらってください)
- 日時：平成28年9月14日(水)
13:30～15:30
- 場所：保健福祉センター
- 持ってくるもの：水分補給できるもの
- 申込締切：9月9日(金)



「生きてほしい、
あなたに」



ひとりじゃないよ、大丈夫。

9月10日から16日は自殺予防週間です。
悩みを一人で抱え込まないように、地域や家庭での孤立を防ぎましょう。
こころの体調を知るために、「こころの体温計」も活用しましょう。市のホームページからアクセスできます。