

☆各種健診(検診)・相談など

※前年度未受診の方が対象です。ただし記念検診対象者は受診可能です。

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
胃がん検診	7月5日(水) 7月26日(水)	保健福祉センター	8:30、9:30	40歳以上	40人	900円	5月31日(水) 6月21日(水)
乳がん検診	7月5日(水)	保健福祉センター	8:30、9:30 10:30、13:30 14:30、15:30	40歳以上 ※	120人	1,000円	5月31日(水)
乳幼児健診	4か月児健診 6月22日(木) 10か月児健診 6月15日(木) 1歳6か月児健診 6月1日(木) 3歳4か月児健診 6月8日(木)	保健福祉センター	12:45~14:00 (健診当日の12:00から受付簿を出します)	全地区	なし	無料	申込不要 ※対象者の方には事前に通知します
肺がん・結核検診 および 特定・後期 高齢者健康診査	6月6日(火) 6月9日(金) 6月25日(日)	奈路小学校体育館 久礼田体育館 SUNSUNながおか	9:30~11:00 9:30~11:00 13:30~15:00	40歳以上	なし	★肺がん・結核検診 40歳以上/200円 65歳以上/無料 ★特定・後期高齢者健康診査 加入している保険が国保及び 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 者にお問い合わせください	申込不要 ※対象者の方には事前に通知します
健診結果説明会	6月16日(金) 6月21日(水) 6月30日(金)	岡豊ふれあい館 中央市民館 十市多世代交流プラザ	9:30~12:00 10:45~11:00 10:45~11:00	特定健診・ 後期高齢者 健診受診者	なし	無料 ※健診結果の お知らせを ご持参ください。	申込不要
愛の献血	6月14日(水) 6月21日(水) 6月29日(木)	高知大学医学部 南国警察署 (株)垣内	11:30~16:30 9:30~12:30 9:30~12:00	全地区 (17~69歳)	皆さまのご協力、よろしく願います。		

総合健診(検診) 申込必須

- とき/7月11日(火)
- ところ/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/6月2日(金)~7月4日(火)
- ※定員に達し次第締め切ります。
- 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29年度内に40歳・50歳となる方、②平成29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。)

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

☆休日在宅医(変更する場合があります)

日	曜	当番医	電話
6/4	日	藤原病院(大浦乙)	863-1212
6/11	日	南国中央病院(後免町)	864-0001
6/18	日	山本循環器内科・眼科(駅前町)	864-2575
6/25	日	宮田整形外科(篠原)	863-5885
7/2	日	田村子どもクリニック(篠原)	863-0723
7/9	日	JA高知病院(明見)	863-2181

※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。

※この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 南国市大浦甲320  
(☎863-7373)まで



ふたごちゃん、みつごちゃんを子育て中のお母さん、お父さん、妊婦さん。みんなで交流し情報交換や仲間作りをしませんか?お気軽にご参加ください。赤ちゃんの計測もできます!(ひよこルームと同日開催です)お申し込みは不要です。

- 日時/6月23日(金)午前10時~11時
- 場所/保健福祉センター
- 対象/ふたご・みつごを妊娠中の方、子育て中の方、およびそのご家族
- 持ってくるもの/母子手帳(計測希望の方のみ)

子育て支援センター **ひよこルーム**

(保健福祉センター内)

おもちゃや遊具・絵本もあり、子どもさんと一緒に遊べる場所になっています。親子で気軽にお越しください。



時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:30 ? 12:00		よちよちひよこ お休み(13日)	マタニティ& ベビーひよこ 計測日(14日)	よちよちひよこ	ひよこひろば お休み(2日)
12:00 ? 14:30	ひよこひろば	ひよこひろば お休み(6日)	ひよこひろば	育児相談	ひよこひろば
対象	*マタニティ&ベビーひよこ:妊婦さんと生後6か月まで *よちよちひよこ:生後6か月から歩き始めるまで *ひよこひろば:主に未就園児とその保護者(年齢に関係なくお待ちしています。) お昼ご飯はひよこルームで食べましょう				
育児相談	*月~金曜日(9:00~16:00)電話、来所での相談お待ちしています。 *個別相談も受け付けています。				

- 「マタニティ&ベビーひよこ」と「よちよちひよこ」の兄弟を連れての参加は、お世話ができる同伴者が必要です。ひよこルームに相談してください。
- 事業の関係でお休みとなる場合がありますが、育児相談は受け付けています。

子育て講座① **「ミュージックケア」**

- 日時/6月13日(火)10時~11時30分(受付9時30分~)
- 場所/ひよこルーム(保健福祉センター内)
- 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/生後10か月~1歳6か月
- 定員/親子15組
- 持ち物/赤ちゃんお出かけセット・水分補給(飲み物)
- 募集受付開始/6月1日(木)~(定員になり次第締め切り)

子育て講座② **「パパとベビーでレッツ☆ダンス」**

- 日時/6月18日(日)10時~11時30分(受付9時30分~)
- 場所/ひよこルーム(保健福祉センター内)
- 内容/「パパのためのベビーダンス」
- 講師/玉木 晶先生(ベビーダンスインストラクター)
- 対象/生後4か月~12か月の子どもとパパ
- 定員/親子12組
- 持ち物/抱っこひも・赤ちゃんお出かけセット・タオル・水分補給(飲み物)
- 募集受付開始/6月1日(木)~(定員になり次第締め切り)

マタニティ教室 **ポ**

~これからママ・パパの集い~

これから出産を迎える妊婦さんとご家族を対象に、マタニティ教室を開催します。初産・経産は問いません。☆妊娠がわかったら、早めの参加をおすすめします。

クラス	とき	内容	持参物
① 出産準備クラス	7月7日(金) 13時~16時	◎助産師・歯科衛生士・栄養士からのワンポイントアドバイス ・母乳の上手なあげ方は?赤ちゃん人形で抱っこの練習 ・お口の健康と、「マイナス1歳から始める虫歯予防」 ・妊娠中に気をつけたい食生活 ◎自分らしいお産の為に ・赤ちゃんとお話しながら、妊娠中から心も体もお産の準備 ・パパやご家族も、大切な主役!	母子手帳 筆記用具 ゆうゆうガイド (ピンクの冊子)
② 育児準備クラス	7月10日(月) 13時~16時	◎沐浴実習:赤ちゃん人形を使ってお風呂に入れる練習 ◎妊婦体験:ママの体の変化を体験してみよう ◎相談コーナー:助産師・歯科衛生士・栄養士・保健師が対応 ◎赤ちゃんのお世話:オムツ替えや抱っこの練習 ※新米パパの子育て奮闘記のお話	母子手帳 エプロン 筆記用具 ゆうゆうガイド (ピンクの冊子)

- \*①②の両方、または一方のみの申し込みも可能です。
- 次回の開催/①9月1日(金) ②9月4日(月)です。
- 場所/保健福祉センター
- 定員/各クラス15組 \*当日は託児はありません。
- 参加費/無料
- 申込方法/電話でお申し込みください。
- 受付時間/13:10~13:20
- ※今回は、子育て真っ最中のお父さんをお招きして、新米パパの子育て奮闘記のお話を計画しています。(7月10日の育児準備クラスで計画)是非、奮ってご参加ください。

市民からのお便り

4月は始まりの季節ですが、今年はおこしやイベントが盛りだくさんです。5月は少しおこしやイベントが少なくなりますが、市民からのお便り、急にあなたたかくなりましたね!

市民からのお便り

急にあなたたかくなりましたね!