

☆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
肺がん・結核検診 および 特定・後期 高齢者健康診査	10月6日(金)	大湊小学校体育館	9:30~11:00	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
	10月6日(金)	久枝公民館	13:30~15:00	※40~64歳は肺がん 検診。 65歳以上は肺がん ・結核検診。			
	10月11日(水)	稲生ふれあい館	9:30~11:00 13:30~15:00				
胃がん検診	12月6日(水)	保健福祉センター	8:30、9:30	40歳以上	40人	900円	10月30日(月)
乳がん検診	12月6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	1000円	10月30日(月)
乳幼児 健診	4か月児健診	10月26日(木)	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
	10か月児健診	10月19日(木)					
	1歳6か月児健診	10月5日(木)					
	3歳4か月児健診	10月12日(木)					
健診結果説明会	10月4日(水)	国府公民館	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
	10月18日(水)	三和防災 コミュニティセンター	10:45~11:00				
	10月31日(火)	保健福祉センター	10:45~11:00				
愛の献血	10月5日(木)	南国市役所	9:30~12:00 13:15~16:00	移動献血バスによる400mL献血です。 皆さまのご協力よろしくお願ひします。 ※400mL献血基準は男性17~69歳、女性18~69歳、 体重は男女とも50kg以上	なし	無料	申込 不要
	10月8日(日)	高知大学医学部	11:30~16:30				
	10月25日(水)	保健福祉センター	9:00~10:00				
		(株)栄光工業	15:00~16:00				
	10月27日(金)	JAグリーンなんこく 高知県トラック団地 事業協同組合	9:30~11:00 13:00~14:00 15:00~16:30				

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、28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/11月10日(金)・17日(金) ■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/10月10日(火)8:30~
 - 申込先/保健福祉センター

- 次の方は、子宮頸がん検診料が無料です
- ①平成29年度に40歳・50歳となる方
 - ②平成29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(手帳提示が必要)

☆休日在宅医(変更する場合があります)

日	曜	当番医	電話
10/1	日	脳外科・内科 高知東クリニック	821-6600
10/8	日	西田順天堂内科	863-1881
10/9	月	北村病院	864-2101
10/15	日	いちはら内科小児科	863-3915
10/22	日	南国厚生病院	863-3030
10/29	日	小栗医院	865-8405
11/3	金	宮田整形外科	863-5885
11/5	日	田村こどもクリニック	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。

大腸がん検診

大腸がん検診は、便の中に混じっている目に見えない微量の血液を調べる検査です(便潜血反応検査)。原則として、2日間の便を採便します。お申込みいただいた方には容器を郵送します。下記の場所で、採便後の容器を回収しますので、この機会にぜひ受診してください。

- 対象者/40歳以上の市民
- 検診料/400円
- 申込/容器回収日の10日前までに保健福祉センターへお申込みください。

実施場所	容器回収日	容器回収受付時間
後免町防災コミュニティセンター	11月1日(水)	9:00~ 9:20
野田公民館		9:40~10:00
岩村ふれあいセンター	11月7日(火)	10:20~10:40
奈路防災コミュニティセンター		9:00~ 9:20
瓶岩体育館	11月17日(金)	9:40~10:00
久礼田体育館		10:20~11:00
国府公民館	11月17日(金)	9:00~ 9:20
SUNSUNながおか		9:40~10:20

※容器回収日の午前中は、保健福祉センターでも容器回収受付をしています。
※これ以降の日程については、11月号に掲載します。

- ※次の方は大腸がん検診料が無料です。
- 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・精神保健福祉手帳をお持ちの方(手帳提示が必要)

※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(☎863-7373)まで

この印の事業は高知家健康パスポートのヘルシーシールの対象事業です。

この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。

子育て支援センター ひよこルーム (保健福祉センター内)

10月の行事予定

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:30 ? 12:00	ひよこひろば ★(30日)	よちよちひよこ お休み(31日) ★(17日)	マタニティ&ベビーひよこ 計測日(11日)	よちよちひよこ	ひよこひろば お休み(27日)
12:00 ? 14:30	ひよこひろば お休み(16日)	ひよこひろば お休み(24日)	ひよこひろば	育児相談	ひよこひろば お休み(27日)

★おでかけひよこ(地域のいろんな場所に出かけていきます)
10月17日(火):場所 西部児童館 10:00~14:30 10月30日(月):場所 長岡西部体育館 9:30~14:30
上記の日程でおでかけをしますので遊びに来てください。駐車場もあります。

子育て講座「ミュージックケア」

- 日時/10月31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~2歳
- 定員/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/10月2日(月)~(定員になり次第締め切り)

マタニティ教室

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	日時	内容	持参物
① 出産準備クラス	11月13日(金) 10:30~16:00	◎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	11月13日(月) 13:30~16:00	◎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	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/①2月2日(金) ②2月5日(月)です。
- 定員/各クラス15組 *当日は託児はありません。
- 申込方法/電話でお申し込みください。
- 場所/保健福祉センター
- 参加費/無料
- 受付時間/13:10~13:20

てくてく

~ふたごちゃん・みつごちゃんの集い~

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/10月16日(月)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)

ワンコインクッキング

~防災食~

今後起こるであろう地震や風水害に備え、災害時に役立つ知恵や調理ワザを身につけませんか。

- 日時/10月25日(水) 10:00~13:00
- 場所/保健福祉センター
- 対象/30名(南国市民)
- 参加費/500円
- 持ってくるもの/エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具
- 申込締切/10月20日(金)

高齢者「インフルエンザ」定期予防接種

予防接種法による、高齢者「インフルエンザ」定期予防接種を下記のとおりに実施します。
予防接種により発病防止や特に重症化防止に有効であることが確認されています。インフルエンザの流行前に予防接種を受けましょう。

- 対象者/南国市に住民登録があり、接種当日①②に該当する接種希望者。(本人の「接種希望」の意思が確認できること)
- ①65歳以上の方
- ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器又はヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級相当の方)

- 実施期間/平成29年10月1日~平成29年12月31日 ※期間中に1回皮下接種を行います。
- 実施医療機関/県内の委託医療機関 ※接種日時などは、医療機関にお問い合わせください。
- 接種料金(自己負担金)/1,100円 上記①②に該当する方で、接種日に「生活保護受給中」の方は、免除証明書を持参すれば自己負担金が免除となります。免除対象者の方は、南国市福祉事務所で証明書の発行手続きを行ってください。(代理人の申請も受け付けます。) ※所得税非課税世帯に属する方は、接種費用免除の対象になりませんのでご注意ください。
- 申し込み/本人確認のため、健康保険証や運転免許証など、住所、氏名、生年月日が確認できるものを医療機関にご持参ください。