

★健康相談・育児相談・健診など

内 容	対 象	日	曜	受付時間	と こ ろ
4 か 月 児 健 診	全地区	3/28	木	13：00～14：00	保 健 福 祉 セ ン タ ー
10 か 月 児 健 診		3/21	木		
1 歳 6 か 月 児 健 診		3/7	木		
3 歳 4 か 月 児 健 診		3/14	木		
愛 の 献 血	全地区 (16～69歳)	3/22	金	9：30～12：00 13：30～16：00	協 同 組 合 テ ク ノ 高 知 J A 高 知 病 院

4・5月分 がん検診日程表 ※申し込み開始日が早くなりましたので、ご注意ください。

検診会場	検診内容	検診日時	検診受付時間	申込開始 8：30～
岡 豊 ふ れ あ い 館	胃がん検診	4／15(月)	8：30、9：30	3／6(水)
	乳がん検診	5／21(火)	8：30、9：30、10：30	
稲 生 ふ れ あ い 館	胃がん検診	4／17(水)	8：30、9：30	3／8(金)
	乳がん検診	5／29(水)	13：30、14：30、15：30	
久 礼 田 体 育 館	胃がん検診	4／22(月)	8：30、9：30	3／12(火)
	乳がん検診	4／30(火)	8：30、9：30、10：30	
中 央 市 民 館 (長岡)	胃がん検診	4／30(火)	8：30、9：30	3／13(水)
	乳がん検診		13：30、14：30、15：30	
日 章 福 祉 交 流 セ ン タ ー	胃がん検診	5／7(火)	8：30、9：30	3／15(金)
	乳がん検診		8：30、9：30、10：30	
ス ポ ー ツ セ ン タ ー (前浜)	乳がん検診	5／7(火)	13：30、14：30、15：30	3／19(火)
J A 長 岡	胃がん検診	5／13(月)	8：30、9：30	3／26(火)
	乳がん検診	5／21(火)	13：30、14：30、15：30	
十 市 小 学 校 体 育 館	胃がん検診	5／29(水)	8：30、9：30	3／27(水)
	乳がん検診		8：30、9：30、10：30	

乳がん検診 ～マンモグラフィ撮影～

- 対象／40歳以上の女性
- 定員／先着60名
- 検診料／1,000円
- ペースメーカー着用の方（破損の恐れがあるため）、妊娠中、授乳中、豊胸手術を行っている方はご遠慮ください。

次の方は、各種がん検診料が無料です（ただし、前立腺がん検診は除く）。

- ①受診年度内に40歳・50歳となる方
- ②受診年度内に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 南国市大桶甲320
☎863-7373) まで

胃がん検診

- 対象／40歳以上の市民
- 定員／先着50名
- 検診料／900円
- 胃がん検診では、バリウムが誤って気管に入ることがあります。むせやすい方や高齢の方は、特にご注意ください。
- 検診当日の薬の服薬については、検査終了後となりますので、治療中疾患のある方は主治医に相談の上、お申し込みください。

☆ 休日在宅医（変更する場合があります）

日 曜	当 番 医	電 話
3／3 日	南 国 中 央 病 院 (後免町)	864-0001
10 日	山本循環器内科・眼科 (駅前町)	864-2575
17 日	いちはら内科小児科 (大桶甲)	863-3915
20 水	高 田 内 科 (大桶乙)	863-3925
24 日	鍋 島 医 院 (国 分)	862-0030
31 日	たかはし内科小児科 (緑ヶ丘)	865-5680
4／7 日	しばた整形外科 (大桶甲)	864-3412

※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。

ミニまらりフエア
in長岡西部

長岡西部地区で初めてのミニ健康まつりを開催します。みなさん、健康チェックにおいでませんか？どなたでも参加OKです。

■とき／3月14日(木)10：00～12：00

■ところ／長岡西部体育館

■内 容／血管年齢測定・脳年齢測定・骨密度測定
栄養バランスチェック・健康相談コーナー

▶10：30～11：30 「みんなで体を動かしてみよう！～ひざや腰の痛みが楽になるかも？～」岡田万菜実運動指導士による軽度の体操

■参加料／無料

■備考／申し込みは不要です。運動の参加者は運動しやすい服装・靴・飲み物を持参してください。

主催：長岡西部地区健康文化都市づくり推進委員会・南国市

第23回

南国市健康づくり講演会

『ぼけてたまるか』などの筆者である横川先生を招き、健康感などについて楽しくお話しいたします。

■とき／3月15日(金) 14：00～15：30

■ところ／保健福祉センター

■演題／「明るく健やかに」～健康感を持とう～

■講師／四国総合教育研究所 所長 横川遊亀寿

■参加料／無料

■備考／申し込みは不要です。

南国市精神障がい者
“家族の集い”

ご家族の誰かが精神障がいのために、悩んだり不安を抱えたり、とまどいを感じていませんか。

同じ不安を持つ家族同士が共に学び、支え合い、手を取り合えるような会を目指して交流を深めています。

初めての方も大歓迎です。気軽にご参加ください。

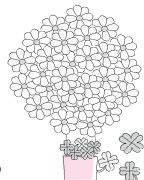
ほんと、肩の荷をおろしてみませんか。

■とき／3月27日(水) 13：30～15：30

■ところ／保健福祉センター

■内容／座談会

■申込方法／前日までに申し込みください。



子育て支援センター
ひよこルーム
対象は南国市内の未就園児とその保護者です。

■とき／毎週水曜日
午前10時～11時30分
■ところ／保健福祉センター
■対象／妊娠期から生後5か月までのお子さんとその保護者
*対象のお子さんの兄弟を連れた参加の場合は、子どもさんのお世話ができるご家族の同伴者が必要です。

■備考／3月13日(水)は、保健師・助産師による体重・身長測定、保健指導が受けられます。
*3月20日(水)はお休みです。
出張ひよこルーム
■とき・ところ
▼3月5日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ
▼3月28日(木)・SUN SUN ながおか
■時間／午前10時～11時

Q U I Z

南国市のがん検診はバスで受ける集団検診ですが、みなさんご存じですか？

次のクイズに何問答えられますか？挑戦してみてください(∩O∩)／

- ①南国市で実施しているがん検診は、肺がん検診、胃がん検診、乳がん検診とあと2つはなにかな？
- ②南国市で実施しているがん検診は、対象年齢が40歳からだけど、1つだけ20歳からのものがあるよ。さてどの検診かな？
- ③南国市で実施している胃がん検診は、バリウム？カメラ？どっち？
- ④肺がん検診と同時に実施しているのはな～んだ？



▽答え▽① 胃がん検診② 乳がん検診③ 検診バス④ 検診バス・検診バス⑤ 検診バス⑥ 検診バス⑦ 検診バス⑧ 検診バス⑨ 検診バス⑩ 検診バス⑪ 検診バス⑫ 検診バス⑬ 検診バス⑭ 検診バス⑮ 検診バス⑯ 検診バス⑰ 検診バス⑱ 検診バス⑲ 検診バス⑳ 検診バス㉑ 検診バス㉒ 検診バス㉓ 検診バス㉔ 検診バス㉕ 検診バス㉖ 検診バス㉗ 検診バス㉘ 検診バス㉙ 検診バス㉚ 検診バス㉛ 検診バス㉜ 検診バス㉝ 検診バス㉞ 検診バス㉟ 検診バス㊱ 検診バス㊲ 検診バス㊳ 検診バス㊴ 検診バス㊵ 検診バス㊶ 検診バス㊷ 検診バス㊸ 検診バス㊹ 検診バス㊺ 検診バス㊻ 検診バス㊼ 検診バス㊽ 検診バス㊾ 検診バス㊿ 検診バス

【易】