

★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	4 / 25	木	12:45～14:00	保健福祉センター
10 か月児健診		4 / 18	木		
1歳6か月児健診		4 / 4	木		
3歳4か月児健診		4 / 11	木		
愛 の 献 血	全地区 (16～69歳)	4 / 8	月	9:30～12:30 13:30～16:00	サニーアクシス南国店
		4 / 17	水	9:30～11:30 12:30～16:00	南 国 市 役 所
		4 / 22	月	11:30～16:00	高知大学農学部

成人用肺炎球菌ワクチン接種について
～予診票の発行場所が変わります～

成人用肺炎球菌ワクチン接種の予診票を、平成25年4月から保健福祉センターで発行します。接種を希望される方は、保健福祉センターにご連絡いただき、予診票が届いてから接種を受けるようお願いします。

- 対象／接種日において以下の①～③の条件を全て満たしている方
- ①南国市に住民票を有する方
 - ②65歳以上の方
 - ③この事業で費用の公費助成を受けたことがない方
- 助成金額／1人4,000円（1回分のみ助成します）
医療機関で決めた接種料金から、4,000円を引いた金額を自己負担していただきます。
(例) 接種料金8,000円－助成金額4,000円＝自己負担4,000円
- 接種場所／南国市内の委託医療機関
- *市内の委託医療機関以外で接種される場合、接種費用の助成及び払い戻しはありません。
 - *ほとんどの委託医療機関は予約が必要です。日時は医療機関にお問い合わせください。
 - *予診票は保健福祉センターにあります。予診票が届いてから接種を受けてください。

☆休日在宅医（変更する場合があります）

日	曜	当 番 医	電 話
4 / 7	日	しばた整形外科(大埴甲)	864-3412
14	日	きび診療所(明見)	804-6500
21	日	南国いのうクリニック(篠原)	855-8001
28	日	北村病院(東崎)	864-2101
29	月	西田順天堂内科(大埴甲)	863-1881
5 / 3	金	南国厚生病院(立田)	863-3030
4	土	宮田整形外科(篠原)	863-5885
5	日	田村こどもクリニック(篠原)	863-0723
6	月	J A 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 南国市大埴甲320
☎863-7373) まで

奈路総合健診(検診)

- とき／5月9日(木)
■ところ／奈路小学校体育館
■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）。
■申込受付期間／4月10日(水)～5月1日(水)
*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	40名
乳がん検診	30名
健康診査	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
乳がん検診	40歳～(女性のみ)	1,000円
健康診査	40歳～	医療保険者により異なります

- 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。検診当日の薬の服用については、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。
- 子宮頸がん検診は、2年に1回ですので、平成25年度は実施しません。
- 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・後期高齢者健康診査受診券）が必要です。お持ちでない場合は、受診できませんので、加入している医療保険者にお問い合わせください。当日は「受診券」、「被保険者証」、「問診票」と「健診料」を持参してください。

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平成25年度内に40歳・50歳となる方
- ②平成25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）

胃がん検診・乳がん検診

4月・5月の検診日程は広報なんこく3月号をご覧ください。6月は実施しませんが、7月以降の日程につきましては、順次掲載していきますので、引き続き広報をご覧ください。

ゆっ ゆっ 赤ちゃん

～離乳食講習会(初期・中期)～

- 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。
- とき／4月30日(火)13:30～15:30
■ところ／保健福祉センター
■持参物／母子手帳、エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
■参加料／無料
■託児定員／15名
■申込方法／電話でお申し込みください。

南国市精神障がい者
“ミニデイケア”

- 在宅で生活している精神障がい者の方の自立と社会参加を促す場として、月に1回開催しています。参加者同士で交流を深めたり、外出や調理を実際に体験したりしてみませんか？
初めての方も大歓迎です。ぜひ、お申し込みください。
- 対象／在宅で生活している精神疾患の診断がついた方（原則、医療にかかっていること）
■日時／4月19日(金)13:30～16:00
■場所／保健福祉センター
■内容／簡単調理と新年度の計画確認
■申込方法／前日までにお申し込みください。

これから出産を迎える妊婦さんとそのご家族を対象に、マタニティ教室を開催します。おじいちゃん・おばあちゃんになる方も気軽にご参加ください。

クラス	と き	内 容	持参物
①出クラ 準備	5月10日(金) 13:30～16:00	◎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 ・お乳の成功のポイントは？赤ちゃん人形で抱っここの練習 ・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 ◎ご自身らしいお産の為に ・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
②育クラ 準備	5月14日(火) 13:30～16:00	◎沐浴実習：赤ちゃんをお風呂に入れる練習 ◎妊婦体験：ママの気持ちを体験してみよう ◎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この練習	母子手帳 エプロン 筆記用具

*受付時間は13:00～13:20です。

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妹を連れたの参加の場合は、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／4月10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。
*4月3日(水)はお休みです。

出張ひよこルーム

- とき・ところ
▼4月9日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ
▼4月25日(木)・SUN SUN ながおか
■時間／午前10時～11時

これから ママ・パパの集い

～マタニティ教室～



- *①②の両方、または一方のみの申し込みも可能です。
- *次の開催は、①7月9日(火)②7月16日(火)です。
- ところ／保健福祉センター
- 定員／各クラス15組
- 参加料／無料
- 申込方法／電話でお申し込みください。