

★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
胸部レントゲン検査 特定・後期高齢者健診 (申込不要)	全地区 (40歳以上)	6/8日	9:30~11:00 13:30~15:00	SUN SUNながおか
		6/19木	9:30~11:00	奈路小学校体育館
		6/30月	9:30~11:00	保健福祉センター
		7/1火	13:30~15:00	
4か月児健診	全地区	6/26木	12:45~14:00	保健福祉センター
10か月児健診		6/19木		
1歳6か月児健診		6/5木		
3歳4か月児健診	6/12木			
黒滝地区健康相談	黒滝地区	6/26木	10:00~11:00	黒滝自然館せいらん
		6/12木	11:30~16:30	高知大学医学部 (株) 内
愛の献血 (16歳~69歳)	全地区	6/17火	9:00~11:00 13:00~14:00 14:45~16:00	ヤマト運輸株高知主管支店 四国西濃運輸株高知支店

総合健診(検診)

- とき/7月11日(金)・7月14日(月)
- 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(終了時間は午前中の予定です)。
- 申込期間/6月4日(水)~7月4日(金)
- *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	80名
胃がん検診	100名
大腸がん検診	60名
子宮頸がん検診	80名
健康診査	40名
歯科健診	

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

次の方は、各種がん検診料(ただし前立腺がん検診を除きます)が無料になります。

- ①平成26年度内に40歳・50歳となる方、②平成26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)

※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

大腸がん・子宮頸がん・乳がん検診
無料クーポン券を配布

- ~がん検診で「早期発見・早期治療」を~
- 対象者には7月上旬に無料クーポン券を配布する予定です。
- 対象者
 - ▶大腸がん…平成25年4月2日から平成26年4月1日までに40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になった方
 - ▶子宮頸がん…同時期に20歳になった女性
 - ▶乳がん…同時期に40歳になった女性
 - ▶平成21年度から24年度までの子宮頸がんと乳がん検診の無料クーポン券配布対象者で、クーポン券を使用しなかった方
 - クーポン券の有効期限/平成27年3月15日

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。
- 参加者同士での交流を深めたり、外出や調理を実際に体験してみませんか?
初めての方も大歓迎です。ぜひ、お申し込みください。
- とき/6月20日(金)
13:00集合 16:00解散予定
 - 集合場所/保健福祉センター
 - ところ/ボウルかつらしま(高知市 ☎883-1555)
 - 内容/みんなでボウリング~公共交通機関を使って~
 - 対象者/在宅で生活している精神障がい者(原則、医療にかかっていることかつ主治医から参加の許可が出ていること)
 - 参加料/1,030円(交通費含む)
 - 申込締切/6月13日(金)
 - *初回の方は、保健師がお話を伺います。

☆休日在宅医(変更する場合があります)

日曜	当番医	電話
6/1日	西田順天堂内科(大桶甲)	863-1881
8日	北村病院(東崎)	864-2101
15日	川田内科(後免町)	864-2501
22日	川本内科クリニック(駅前町)	864-2543
29日	鍋島医院(国分)	862-0030
7/6日	たかはし内科小児科(緑ヶ丘)	865-5680

*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。

マタニティ教室
~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。妊娠が分かったら、早めの参加をお勧めします。

クラス	とき	内容	持参物
①出産準備	7月18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 ・母乳の上手なあげ方は?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育児準備	7月22日(火) 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。
- *①②の両方、または一方のみの申し込みも可能です。
- *次回の開催は、①9月5日(金)、②9月9日(火)です。
- ところ/保健福祉センター
- 定員/各クラス15組(当日、託児はありません)
- 参加料/無料



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?気軽に参加ください。赤ちゃんの計測もできます。

- とき/6月17日(火)10:00~11:00
- ところ/保健福祉センター
- 対象/ふたご・みつごを妊娠中または子育て中の方とご家族
- 持参物/母子手帳(計測希望の方のみ)
- 参加料/無料
- *前日までにお申し込みください。

子育て支援センター
ひよこルーム

対象は未就園児とその保護者です。

ママ友達をつくって気分をリフレッシュしましょう。親子で遊びにきてください。電話での育児相談も受け付けています。

集いの日

- とき/毎週月・金曜日
- 午前9時30分~12時
- ところ/保健福祉センター

マタニティ&ベビーひよこ

- 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か月までの乳児とその保護者
- 備考/6月11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。
- *6月25日(水)は休みです。

よちよちひよこルーム

- とき/6月26日(木)
- 午前10時~11時30分
- ところ/保健福祉センター
- 対象/生後6か月から歩行するまでの子どもとその保護者

「マタニティ&ベビーひよこ」と「よちよちひよこルーム」では、対象の子どもの兄弟を連れての参加の場合、兄弟のお世話が出来る同伴者が必要です。

毎年6月は食育月間です!

食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、国民へ食育の浸透を図るため、「食育推進基本計画」により毎年6月が「食育月間」と定められました。この機会に、ご自身の食生活を見直してみませんか?

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。

- とき/6月24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・ハンドタオル・筆記用具
- 参加料/無料
- 託児定員/15名