

★各種健診(検診)・相談など

重要 健診(検診)は定員を設け、電話申込みが必要となりました。3密を避けるために、窓口での申込みはご遠慮ください。

※聴覚・言語障害のある方等、電話での申込みが困難な方は、希望する健(検)診申込み受付開始日より前にご相談ください。

項目	実施日時	場所	対象(市民)	検診料	申込開始日	
乳幼児健診	4か月児健診 1月27日(木)	12:45~14:00(受付) ※新型コロナウイルスの影響により、対象者の月齢をずらして実施します。	対象の方には 事前にお知らせします	無料	申込必要 ※通知書に記載しています。	
	10か月児健診 1月20日(木)					
	1歳8か月児健診 1月6日(木)					
	3歳6か月児健診 1月13日(木)					
乳がん検診	2月7日(月)	13:30~16:00	保健福祉センター	40歳以上 (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。)	1,000円	1月12日(木)

健診結果説明会

申し込みは不要です。健診結果のお知らせをご持参ください。対象:特定健診もしくは後期高齢者健診の受診者
時間:9:30~10:30(受付9:15~9:30)

- 日にちと場所:
- 1月7日(金) 三和防災コミュニティーセンター
 - 1月14日(金) 保健福祉センター
 - 1月17日(月) 前浜防災コミュニティーセンター
 - 1月25日(火) 保健福祉センター

高齢者インフルエンザワクチン 定期予防接種の実施期間を令和4年1月31日まで延長します。

インフルエンザワクチンの供給量が少なく、接種を受けにくい状況となっているため実施期間を延長します。未接種で接種希望の方は県内委託医療機関に予約の上、接種を受けてください。接種期間の延長のみで、対象者の範囲に変更はありません。詳細は、10月号の広報なんこくをご覧ください。



南国市健康ポイント 賞品の応募受付を開始します。

高知家健康パスポートのポイントシールや「南国市健康ポイント」を5ポイント集めると賞品に応募できます。※「南国市健康ポイント」は、高知家健康パスポートを取得した人を対象に行う南国市の独自の健康ポイント制度です。

★★★★★ 賞品 ★★★★★
クオカード(一人1,000円) 200名
応募多数の場合は抽選

- ★応募窓口 保健福祉センターまたは市民課国保係
- ★応募期間 令和4年1月4日(火)~令和4年2月28日(金)
- ★抽選結果発表は、当選者への発送をもって行います。

★賞品の応募方法
①ポイントを貯めた高知家健康パスポート(アプリの方はスマートフォン)を応募窓口にお持ちください。
※マイスターおよびアプリの場合は、貯めたポイント(シールやスタンプを貯めたプレゼントキャンペーンハガキ)
②抽選申込書をもって記入、その場で応募(5ポイントが1口:2口まで)
(注)2口応募されても当選するクオカードは一人1,000円です。

- 南国市健康ポイントに関するお問い合わせ先 保健福祉センター 電話 863-7373
- 高知家健康パスポート取得窓口と南国市健康ポイント賞品応募窓口 保健福祉センターまたは市民課国保係

★休日在宅医

(変更する場合があります)

日	曜	当番医	電話
1月1日	土	JA高知病院(明見)	863-2181
1月2日	日	あけぼのクリニック(田村乙)	878-6611
1月3日	月	川田内科(後免町)	864-2501
1月9日	日	いちはら内科小児科(大涌甲)	863-3915
1月10日	月	藤原病院(大涌乙)	863-1212
1月16日	日	南国中央病院(後免町)	864-0001
1月23日	日	山本循環器内科・眼科(駅前町)	864-2575
1月30日	日	北村病院(東崎)	864-2101

※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。

愛の献血

移動献血バスによる400mL献血です。ご協力よろしく願います。

1月28日(金)	9:30~12:00 13:15~16:00	南国市役所
----------	---------------------------	-------

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 南国市大涌甲320
☎863-7373 まで



子育て支援センター ひよこルーム (保健福祉センター内)

月	ひよこひろば (9:30~14:30)
火	よちよちひよこ (9:30~12:00) ひよこひろば (12:00~14:30)
水	マタニティ&ベビーひよこ (9:30~12:00) ひよこひろば (12:00~14:30)
木	よちよちひよこ (9:30~12:00)
金	ひよこひろば (9:30~14:30)

- *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
- *育児相談 月~金曜日(9:30~16:00) 電話、来所での個別相談も受け付けています。

子育て講座

- ◎募集受付開始/1月4日(火)
- ◎定員になり次第締め切ります
- 場所/ひよこルーム

講座の申し込みは、本人のみとさせていただきます

産後リカバリーヨガ ~産後の体をリセット~

- 日時/1月25日(火) 10:00~11:30(受付9:30)
- 講師/大崎 厚子(ヨガインストラクター)
- 定員/親子8組 ■参加費/500円
- 持ち物/ヨガマット(レンタルは200円)
- 対象/生後3か月~7か月までのベビーとママ

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。なお、中止する場合がありますのでお問い合わせください。

*計測日: 1/12(水) マタニティ&ベビーひよこ、1/18(火) よちよちひよこ
計測をされる場合は、感染症対策のためバスタオルをご持参下さい。(9:30~11:30)

*お休み: 1/1(土)~1/3(月) ※年始のお休み
1/11(火) ※育児相談は受け付けています。

よちよちひよこ、マタニティ&ベビーひよこへのきょうだいを連れての参加は、スタッフにご相談ください。

離乳食教室 ~ゆうゆう赤ちゃん~

離乳食の進め方や赤ちゃんのお口の発達について一緒に学んでみませんか。事前に電話でお申し込みください。

- 日時/2月16日(水) 13:30~14:30
- 場所/保健福祉センター
- 持参物/母子手帳・筆記用具・抱っこひも(お子様連れの方)
- 参加費/無料 ■定員/8組
- ※お子様と一緒にご参加いただけますが、託児はありません。 ※調理実習はありません。

絵本で笑顔 ~心を育む読み聞かせ~

子どもたちは、身近な大人に絵本を読んでもらうことで、愛情や喜びを感じることが出来ます。どんな絵本を読んだらいいのか。読むことでどういういいことがあるのか。読み手も聞き手も楽しくなるコツをお話ししていただきます。

- 講師/花房果子さん(「絵本で子育て」センター絵本講師)
- 日時/1月12日(水) 10時~11時30分
- 場所/なんこくファミリーサポートセンター
- 定員/5組 ■参加費/無料
- ※生後6か月~未就園のお子さんと一緒にご参加ください。



- 申込み・問い合わせ/なんこくファミリーサポートセンター(南国市立西部児童館2階)
- ☎802・5665 9時~17時 ※日・月・祝日休み(月曜が祝日の場合、翌火曜も休み)

令和3年度 高齢者肺炎球菌感染症定期 予防接種について

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種はお済みですか? 令和3年度の対象者(接種期限:令和4年3月31日)には4月に予診票を送付済みです。未接種の方で予診票を紛失された方は再発行できますので、ご連絡ください。

