

★各種健診(検診)



重要

健診(検診)は電話でお申し込みください。

※聴覚・言語障害のある方など、電話での申し込みが困難な方は、希望する健診(検診)の申込開始日より前にご相談ください。

実施日時	場所	申込開始日	項目 (「○」が実施する健診(検診)です)					
			肺がん・結核検診 ※1 特定・後期高齢者 健康診査 ※2	胃がん検診 (胃部X線 検査)	大腸がん 検診 (便潜血検査)	無料 歯科健診	乳がん 検診	子宮頸がん 検診 (施設検診)
9月20日(水)	午前 午後	保健福祉センター	8月8日(火)	○	○	○	○	○
9月27日(水)	午前 午後	日章福祉 交流センター	8月16日(水)	○				
10月1日(日)	午前 午後	保健福祉センター	8月21日(月)	○	○	○	○	○
10月11日(水)	午前 午後	保健福祉センター	8月28日(月)	○	○		○	
6月～11月 (祝日を除く 月～金)	9:30	JA高知病院	5月8日(月)～ 受診希望日の 1週間前まで ※1週間前が祝日の 場合、その翌日まで					○
対象／料金			※1 40～64歳/200円 65歳以上/無料 ※2 加入している保険 により異なります。	40歳以上 900円	40歳以上 400円	全市民 無料	40歳以上 1,000円	20歳以上 800円

★健診結果個別相談会



健診結果をもとに健康相談を行います。
申込は不要。(事前に申し込みがあると待ち時間が少ないです。)

【対象】令和5年度に特定健診・後期高齢者健診を受診された方

健診結果個別相談会		場所
8月4日(金)	9:15～10:30 ※遅くとも10時までにお越しください。	SUNSUN ながおか
★栄養教室・運動教室付き 健診結果個別相談会		
9月1日(金)	9:15～10:00 個別相談会 10:00～10:30 栄養教室 10:30～11:30 運動教室 ※運動しやすい服装と 水分補給用の飲み物を 持ってお越しください。	保健福祉 センター

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／8月23日(水) 13:30～14:30
- 場 所／保健福祉センター
- 持ち物／母子健康手帳・筆記用具
- 参加費／無料
- 定 員／8組

※調理実習はありません。
※子どもと一緒に参加できますが、
託児はありません。



乳幼児健診

■受付時間／12:45～14:00 ■場所／保健福祉センター

対象の方には通知書でお知らせします。
電話でお申し込みください。

4カ月児健診	UP	8月24日(木)
10カ月児健診	UP	8月17日(木)
1歳8カ月児健診		8月 3日(木)
3歳6カ月児健診		8月10日(木)



8月の休日在宅医

(変更する場合があります)

日	当 番 医	場所	電話
8月 6日(日)	小栗医院	十市	865-8405
8月11日(金)	岡豊病院	岡豊町	866-2345
8月13日(日)	南国中央病院	後免町	864-0001
8月20日(日)	領石蛭が丘クリニック	領石	862-1123
8月27日(日)	にしかわクリニック	後免町	855-7676

※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。

上記の健診などの
申し込み・問い合わせは



保健福祉センター

〒783-0004 南国市大堀甲320

☎088-863-7373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)



未就園児とその保護者が対象です。おもちゃや遊具・絵本もあり、子どもと一緒に遊べる場所ですので、親子で気軽にお越しください。

ひよこひろば (未就園児と保護者)	月・金 (9:30～14:30) 火・水 (12:00～14:30)
よちよちひよこ (主に生後6カ月から歩き始めるまで)	火・木 (9:30～12:00)
マタニティ&ベビーひよこ (主に妊婦さんと生後6カ月まで)	水 (9:30～12:00)
育児相談 (電話、来所での個別相談も 受け付けています)	月～金 (9:30～16:00)



★よちよちひよこ・マタニティ&ベビーひよこへの
兄弟を連れての参加は、スタッフにご相談ください。

計測日
(9:30～
11:30) *8/8(火) よちよちひよこ
8/9(水) マタニティ&ベビーひよこ
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ください。

*パパの日 8/5(土) 9:30～12:00
パパと子どもたちの日です。
*お出かけひよこ 8/30(水) 9:30～14:30
三和防災コミュニティセンター



子育て講座



◎場所／ひよこルーム

◎募集受付開始／8月1日(火)～ 定員になり次第締め切り
(講座の申し込みは、本人のみとさせていただきます)

『ベビーダンス』 ～ママと赤ちゃんのためのベビーダンス～

- 日 時／8月22日(火) 10:00～11:30(受付9:30～)
- 講 師／玉木 晶(ベビーダンスインストラクター)
- 対 象／4か月～12か月までの子どもさんと保護者
- 定 員／親子9組(先着順)
- 参加費／無料
- 持ち物／抱っこひも・バスタオル



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、早めの参加をおすすめします。

クラス	日 時	内 容	持ち物
①出産準備 クラス	9月5日(火) 13:30～16:00 (受付13:10～)	◎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 ・妊娠中から知って得する授乳 ・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	9月26日(火) 13:30～16:00 (受付13:10～)	◎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)

- 場 所／保健福祉センター
- 定 員／各クラス10組 ※当日の託児はありません。
- 参加費／無料
- 申込方法／事前に電話でお申し込みください。
- 次回開催／①11月7日(火)・②11月25日(土)