

★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
ポ リ オ（予防接種）	全 地 区	4/19	火	13:30～14:00	保 健 福 祉 セ ン タ ー
4 か 月 児 健 診		4/28	木	13:00～14:00	
10 か 月 児 健 診		4/21	木		
1 歳 6 か 月 児 健 診		4/ 7	木		
3 歳 4 か 月 児 健 診		4/14	木		
愛 の 献 血	全 地 区 (16～69歳)	4/11	月	9:30～12:30 13:30～15:30	サ ニ ー ア ク シ ス 南 国 店
		4/14	木	9:30～11:30 12:30～16:00	南 国 市 役 所
		4/18	月	11:30～16:00	高 知 大 学 農 学 部

乳がん検診

～マンモグラフィ（乳房エックス線撮影）～

- とき・ところ
5月10日(火)午前…岡豊ふれあい館
午後…J A長岡
5月27日(金)午前…久礼田体育館
午後…中央市民館
- 受付時間
8:30、9:30、10:30、13:30、14:30、15:30
- 対象／40歳以上の市民（女性）
- 定員／1日先着120名
- 検診料／1,000円
- 申込受付開始
▶5月10日分…4月12日(火)～
▶5月27日分…4月22日(金)～
- 備考／ペースメーカー着用の方、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（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23年度内に40歳・50歳となる方②平成23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（手帳の提示が必要です）
- 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。
- *健康診査の健診料は、各医療保険者により異なります。

奈路総合健診（検診）

- とき／6月22日(水)
- 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（全て午前中で終了します）。
- 申込期間／4月26日(火)～5月17日(火)
*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。健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。
- 子宮頸がん検診は、2年に1回ですので、平成23年度は実施しません。

※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 南国市大堀甲320
☎863-7373) まで

ゆうゆう赤ちゃん
～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26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
- 参加費／無料
- 託児定員／15名
- 申込方法／電話でお申し込みください。



子宮頸がん予防ワクチンが
不足のため接種見合わせ

1月から接種費用の助成が始まった子宮頸がん予防ワクチン接種について、ワクチン供給に不足が生じる恐れがあり、未接種の方（新規の方）の1回目のワクチン接種を見合わせるようになりました。当面の間はワクチン供給が不安定になるようですが、このワクチンは、1回目を9月末までに接種すれば、接種費用助成期間内に3回の接種が終了しますので、接種を希望される方はお待ちください。ワクチンの安定供給が可能になりましたら、広報などでお知らせします。

☆ 休日在宅医

日 曜	当 番 医	電 話
4／3 日	南 国 厚 生 病 院(立 田)	863-3030
10 日	宮 田 整 形 外 科(篠 原)	863-5885
17 日	鍋 島 医 院(国 分)	862-0030
24 日	たかはし内科小児科(緑ヶ丘)	865-5680
29 金	しばた整形外科(後免町)	864-3412
5／1 日	き び 診 療 所(明 見)	804-6500
3 火	田村こどもクリニック(篠 原)	863-0723
4 水	J A 高 知 病 院(明 見)	863-2181
5 木	尾 木 内 科 医 院(篠 原)	863-2787

*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。

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。

ママ友達をつくって気分をリフレッシュしましょう。親子で遊びに来てくださいね。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
- *4月29日(金)は休み
- ところ／保健福祉センター
- マタニティー＆ベビー
- 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ての参加の場合は、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。

出張ひよこルーム

- とき／4月28日(木)
午前10時～11時
- ところ
S U N S U N な が お か

～メタボ予防運動教室～

メタボリックシンドローム予防と健康増進のために、一緒に運動しませんか。1回のみの参加も大歓迎です。

申し込みは不要です。運動しやすい服装でお越しください。

- とき／4月26日(火)、5月10日(火)、24日(火)、6月7日(火)、21日(火)、7月19日(火)、8月9日(火)、9月13日(火)、28日(水)、10月11日(火)
13:30～15:00

■ところ／スポーツセンター1階サブアリーナ

■内容／基礎代謝をアップする筋力トレーニング、自宅のできるゆっくり体操、ウォーキング指導など

- 持参物／運動靴、バスタオル（床に敷く用）、飲み物、健康手帳（お持ちでない方は当日発行します）
- 参加費／無料



子宮頸がんなどのワクチン接種
医療機関の追加

子宮頸がん、ヒブ、小児用肺炎球菌ワクチン接種委託医療機関に、吉本小児科皮膚科（☎864-2465）が追加されました。

*上記ワクチン接種は3月4日より一時見合わせのため、再開後のご利用となります。