

★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
胸部レントゲン検診 健康診査 * どの会場でも、都合に合わせて受診してください	瓶岩・久礼田	6/ 3	金	9:30~11:00 13:30~15:00	久 礼 田 体 育 館
	大 篠	6/13	月		保 健 福 祉 セ ン タ ー
		6/14	火		
	長岡西部	6/20	月	中 央 市 民 館	
	奈 路	6/22	水	9:30~11:00	奈 路 小 学 校 体 育 館
ポ リ オ（予 防 接 種）	全 地 区	6/16	木	13:30~14:00	保 健 福 祉 セ ン タ ー
4 か 月 児 健 診		6/30	木	13:00~14:00	
10 か 月 児 健 診		6/23	木		
1 歳 6 か 月 児 健 診		6/ 2	木		
		7/ 7	木		
3 歳 4 か 月 児 健 診		6/ 9	木		
愛の献血	全 地 区 (16~69歳)	6/ 6	月	9:10~10:30	西日本高速(株)高知高速道路事務所
				12:30~13:30	高 知 ダ イ ハ ツ 販 売 (株)
		6/24	金	9:00~10:30	高 知 県 農 業 技 術 セ ン タ ー

乳がん検診

～マンモグラフィ（乳房エックス線撮影）～

- とき／7月26日(火)、27日(水)
- ところ／保健福祉センター
- 受付時間／8：30、9：30、10：30、13：30、14：30、15：30
- 対象／40歳以上の女性
- 定員／1日先着120名
- 検診料／1,000円
- 申込受付開始／6月24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。

子宮頸がん検診

- とき／7月22日(金)
- ところ／保健福祉センター
- 受付時間／9：00、9：30、10：00、10：30
- 対象／20歳以上の女性
- 定員／100名
- 検診料／600円
- 申込受付開始／6月7日(火)
- 備考／子宮頸がん検診は2年に1回の検診です。今年度は、22年度に受診できなかった方のみを対象に実施します（ただし、記念検診対象者は関係なく受診できます）。

※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

胃がん検診

- とき／7月22日(金)
- ところ／保健福祉センター
- 受付時間／8：30、9：30
- 対象／40歳以上の市民
- 定員／50名
- 検診料／900円
- 申込受付開始／6月15日（水）
- 備考／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。

次の方は、各種がん検診料が無料になります（ただし、前立腺がん検診は除く）。
①受診年度内に40歳・50歳となる方
②受診年度内に70歳以上となる方
③生活保護世帯の方
④身体障害者手帳をお持ちの方
⑤療育手帳をお持ちの方
⑥精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
＊④⑤⑥の方は手帳の提示が必要です。

☆ 休日在宅医 （変更する場合があります）

日 曜	当 番 医	電 話
6／5 日	山本循環器内科・眼科(駅前町)	864-2575
12 日	あけぼの小児クリニック(田村乙)	878-6611
19 日	高 田 内 科(大桶乙)	863-3925
26 日	西田順天堂内科(大桶甲)	863-1881
7／3 日	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。

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
- ＊6月13日(月)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
- ＊6月29日(水)は休み
- 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／6月8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・ところ

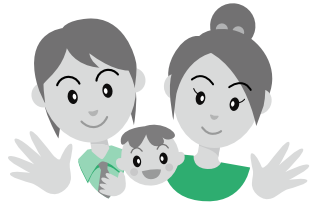
▼6月7日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ

▼6月23日(木)・SUN SUN ながおか

■時間／午前10時～11時

子育て講座

- とき／6月16日(木)
午前10時30分～11時30分
- ところ／保健福祉センター
- 内容／親子で楽しく体を動かそう
- 講師／岩城美喜江（ミュージックケア指定指導者）
- 対象／1歳6か月児以上
- 定員／15名
- 申込方法／電話でお申し込みください。



麻しん・風しん予防接種を受けましょう！

麻しん（はしか）は感染力が非常に強く、重くな合併症を起こすことがある病気です。麻しん（はしか）や風しんの流行防止に、予防接種はとても有効です。

次のように予防接種を実施しますので、この機会にぜひ受けるよう、お勧めします。

	対 象 年 齢	接種期限
1期	1歳児	2歳の誕生日の前々日まで
2期	保育園・幼稚園の年長児に相当する間 (平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの方)	平成24年3月31日まで
3期	中学校1年生の間 (平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの方)	
4期	高等学校3年生に相当する間 (平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方)	

- ＊原則として、麻しん・風しん混合ワクチン（MR）を使用します。麻しんまたは風しんのどちらか一方にかかったことのある方も、麻しん・風しん混合ワクチン（MR）が接種できます。
- ＊3・4期の特別実施は、平成20年度～24年度までの5年間限定です。
- ＊予診票は3月下旬にお送りしています。転入された方、予診票を紛失された方は、保健福祉センターまで連絡してください。

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／6月21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。



あなたのこころは
元気ですか？

こころの病気は身体の病気と同じで、早く気付けば悪化を防ぐことができます。

「いつもと違うな」といった気持ちや、うつ、ひきこもりなど、自分や家族の心の不調に気が付いたときには、保健福祉センターにご相談ください。

健康には、こころとカラダのバランスが大事です。