

☆ 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<br>健康診査<br>※どの会場でも受診できます | 白 木 谷             | 7/29 | 金 | 9:30～11:00  | 白 木 谷 小 学 校     |
|                                    | 岩 村               |      |   | 13:30～15:00 | 岩村ふれあいセンター      |
| ポリオ(予防接種)                          | 全 地 区             | 7/25 | 月 | 13:30～14:00 | 保 健 福 祉 セ ン タ ー |
| 4 か月児健診                            |                   | 7/28 | 木 | 13:00～14:00 |                 |
| 10か月児健診                            |                   | 7/21 | 木 |             |                 |
| 1歳6か月児健診                           |                   | 7/ 7 | 木 |             |                 |
|                                    |                   | 8/ 4 | 木 |             |                 |
| 3歳4 か月児健診                          |                   | 7/14 | 木 |             |                 |
| 愛の献血                               | 全 地 区<br>(16～69歳) | 7/ 8 | 金 | 9:30～12:30  | 協同組合テクノ高知       |
|                                    |                   |      |   | 14:15～16:00 | 藤 原 病 院         |
|                                    |                   | 7/13 | 水 | 9:00～10:00  | 土 佐 希 望 の 家     |
|                                    |                   |      |   | 12:00～13:30 | 高知県トラック団地事業協同組合 |
|                                    |                   | 7/20 | 水 | 9:00～10:00  | 四国機器㈱高知サービスセンター |
|                                    |                   |      |   | 11:45～16:00 | 高知大学農学部         |

麻しん・風しん混合予防接種

研修や旅行などで海外に出国する平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれ（高校2年生に相当する年齢）の方は、平成24年3月31日までの間、麻しん・風しん混合予防接種を公費で受けることができます。

これまで、麻しん（はしか）の予防接種は1回でよいとされていましたが、近年の流行事例から、確実に予防するために2回の接種が必要となりました。これまで1回しか接種機会がなかった世代の方は、平成20年度から、中学1年生もしくは高校3年生に相当する年齢で2回目の定期接種をすることになっています。

旅行中に麻しんにかかると移動が禁止され、すぐには帰国できなくなります。渡航の1か月半前までに予防接種を受けるようにしましょう。

海外へ出国されない方には、平成24年度に個別にお知らせいたします。

日本脳炎予防接種

平成17年から平成21年までの間、日本脳炎予防接種のご案内を差し控えていました。このために接種の機会を逃した方（平成7年6月1日から平成19年4月1日までに生まれた方）は、20歳になるまでの間、公費で接種ができるようになりました。

接種のご案内は、順次通知していきますが、接種を希望する方でお手元に日本脳炎予防接種予診票がない方や、ご質問がある方はお問い合わせください。

※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 南国市大埴甲320  
☎863-7373) まで

子宮頸がん検診

- とき／8月9日(火)、18日(木)
- ところ／なんごく産婦人科
- 受付時間／14:00、14:30、15:00、15:30、16:00
- 対象／20歳以上の女性
- 定員／先着20名（1日につき）
- 検診料／800円
- 申込受付開始／7月6日(水)
- 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）。

総合健診（検診）

- とき／9月5日(月)、6日(火)
- 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）。
- 申込受付期間／7月20日(水)～8月24日(水)
- \*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    | 80名 |
| 歯科健診     | 50名 |
| 健康診査     | 80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          |
| 歯 科 健 診   | 40歳～   | 無 料           |
| 健 康 診 査   | 40歳～   | 医療保険者により異なります |

○検診当日の薬の服用については、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（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。

☆ 休日在宅医 （変更する場合があります）

| 日 曜    | 当 番 医            | 電 話      |
|--------|------------------|----------|
| 7/ 3 日 | J A 高 知 病 院(明 見) | 863-2181 |
| 10 日   | 小 栗 医 院(十 市)     | 865-8405 |
| 17 日   | 尾 木 内 科 医 院(篠 原) | 863-2787 |
| 18 月   | 田村こどもクリニック(篠 原)  | 863-0723 |
| 24 日   | 北 村 病 院(東 崎)     | 864-2101 |
| 31 日   | 川 田 内 科(後免町)     | 864-2501 |
| 8/ 7 日 | 川本内科クリニック(駅前町)   | 864-2543 |

\*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。

これからママ・パパの集い マタニティー教室

これから出産を迎える妊婦さんとそのご家族を対象に、マタニティー教室を開催します。初産・経産は問いません。おじいちゃん・おばあちゃんになる方も気軽にご参加ください。

| クラス       | と き                     | 内 容                                                                        | 持参物                  |
|-----------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| ① 出産準備クラス | 7月15日(金)<br>13:30～16:00 | ◎妊娠中の過ごし方／<br>栄養・お口の中の健康・母乳育児の準備について<br>◎自分らしい出産のために／お産の進み方・補助動作・家族の役割について | 母子手帳<br>筆記用具         |
| ② 育児準備    | 7月22日(金)<br>13:30～16:00 | ◎赤ちゃんのお世話／<br>沐浴・抱っこの仕方、おむつの替え方などの実習<br>◎妊婦体験                              | 母子手帳<br>エプロン<br>筆記用具 |

- \*①②の両方、または一方のみの申し込みも可能です。
- \*次の開催は、①9月7日(水)②9月17日(土)です。
- ところ／保健福祉センター
- 定員／各クラス15組
- 参加費／無料
- 申込方法／電話でお申し込みください。

南国市精神障害者 “家族の集い”

ご家族の誰かが精神障害のために、悩んだり不安を抱えたり、とまどいを感じていませんか。

同じ不安を持つ家族同士が共に学び、支え合い、手を取り合えるような会を目指して交流を深めています。

初めての方も大歓迎です。気軽にご参加ください。

- とき／7月20日(水)13:30～15:30
- ところ／保健福祉センター
- 内容／座談会
- 申込締切／7月19日(火)

夏の地元食材を使った料理教室

新鮮で栄養たっぷりの夏野菜を使った料理と一緒に作りませんか。

- とき／7月27日(水)10:00～12:30
- ところ／保健福祉センター
- 対象／南国市民30名
- 持参物／エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具
- 参加費／400円
- 申込締切／7月15日(金)



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
- \*7月11日(月)・18日(月)・22日

(金)は休み

■ところ／保健福祉センター

■とき／毎週水曜日

午前10時～11時30分

\*7月27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／7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・ところ

▼7月5日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ

▼7月28日(木)・SUN SUN

ながおか

■時間／午前10時～11時

子育て講座①

■とき／7月14日(木)

午前10時30分～11時30分

(受付：午前10時～)

■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／6か月から1才までの赤ちゃんとその家族

■定員／15組

■申込方法／電話でお申し込みください。

子育て講座②

■とき／7月19日(火)

午前10時～11時30分

(受付：午前9時30分～)

■ところ／保健福祉センター

■内容／「元気に育て・子どもたち・乳幼児の心と体の発達」

■講師／森本雅子（助産師、

子育て支援アドバイザー）

■対象／3歳児までの子育て家族

■定員／20名（託児有り）

■申込方法／電話でお申し込みください。