

★各種健診(検診)・相談など

項目	実施日時	場所	対象(市民)	検診料	定員(先着)	申込受付開始	
乳幼児健診	4か月児健診	1月30日(木)	12:45	無料	なし	申込不要	
	10か月児健診	1月23日(木)	14:00				
	1歳6か月児健診	1月9日(木)	(受付)				
	3歳4か月児健診	1月16日(木)	※健診当日の12:00から受付簿を出します				
乳がん検診	2月18日(火)	13:30、14:30、15:30	保健福祉センター	40歳以上	1,000円	60人	1月17日(金)
愛の献血	1月8日(水)	11:30~16:30	高知大学岡豊キャンパス	移動献血バスによる400ml献血です。ご協力よろしくお願ひします。			
	1月10日(金)	14:30~16:30	西日本高速道路株式会社高知高速道路事務所				
	1月24日(金)	9:30~12:00 13:15~16:00	南国市役所				

高知県民のための「広域がん検診」 「広域がん検診」は住所地以外の会場でも受診できます。今年度、がん検診をまだ受診していない方はぜひお申し込みください。

◆会場・検診日・検診の種類 ○は9:00~10:30受付、★は13:30~15:30受付
注意…子宮頸がん検診は、受付終了時間の30分前までに受付必要

市町村	実施場所	検診日	肺	胃	大腸	子宮	乳
宿毛市	高知県総合保健協会 幡多健診センター	2月16日(日)	○	○	○	○	○
高知市	高知市保健福祉センター	2月23日(日)	○	○	○	★	★
南国市	南国市保健福祉センター	2月29日(土)	○	○	○	○	○
南国市	南国市保健福祉センター	3月1日(日)	○	○	○	○	○
高知市	高知県総合保健協会 中央健診センター	3月8日(日)	○	○	○		

◆対象……今年度(平成31年4月1日~)市のがん検診を受診していない方で、下記に該当する方
●肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診/40歳以上の男女 ●乳がん検診/40歳以上の女性
●子宮頸がん検診/20歳以上の女性で、昨年度未受診の方、または、受診年度内に20歳・40歳・50歳になる方(子宮頸がん検診は20歳を含む)
◆検診料……肺がん検診/200円 胃がん検診/900円 大腸がん検診/400円 子宮頸がん検診/600円 乳がん検診/1,000円
次の方は、各種がん検診料が無料です。
① 令和元年度内に40歳・50歳となる方(子宮頸がん検診は20歳を含む)
② 令和元年度内に70歳以上となる方(肺がん検診は65歳以上)
③ 生活保護世帯の方(申込時にお伝えください)
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(検診料のお支払い時に手帳の提示が必要)
※乳がん検診・子宮頸がん検診については、無料クーポン券対象者は無料です。

◆申込方法
申込先/高知県総合保健協会(南国市ではありません)
申込電話番号/088-831-4351、088-833-4668
申込受付時間/平日の8:30~17:00
申込受付開始日/1月8日(水)
※南国市が実施する検診とは申込先が異なりますのでご注意ください。
※申込締切日は各検診日の2週間前までです。ただし定員に達し次第、申込受付を締め切ります。

★休日在宅医(変更する場合があります)

日	曜	当番医	電話
1/1	水	JA高知病院(明見)	863-2181
1/2	木	田村子どもクリニック(篠原)	863-0723
1/3	金	領石蛸が丘クリニック(領石)	862-1123
1/5	日	きび診療所(明見)	804-6500
1/12	日	南国いのうえクリニック(篠原)	855-8001
1/13	月	南国病院(大浦甲)	864-3137
1/19	日	にしかわクリニック(後免町)	855-7676
1/26	日	いちばら内科小児科(大浦甲)	863-3915
2/2	日	西田順天堂内科(大浦甲)	863-1881

※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 南国市大浦甲320 ☎863-7373まで

「南国市健康ポイント」
賞品の応募受付を
開始します。

※「南国市健康ポイント」は、高知家健康パスポート(Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ、マイスターカード)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。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」(南国市独自のスタンプでランクアップ時にはグリーンシール扱いです)を5ポイント集めると賞品に応募できます。

★賞品 クオカード(一人1,000円)
200名:応募多数の場合、抽選

★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を応募窓口にお持ちください。
※マイスターの場合は、カードと貯めたポイント(シール又は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)(注)シールやハガキは返却いたしません
応募受付窓口:保健福祉センターまたは市民課国保係
(注)ランクアップ済みのパスポートのポイントでは応募できません。
②抽選申込書をもって記入、その場で応募(5ポイントが一口:2口まで)
(注)2口応募されても賞品のクオカードは一人1,000円です。
★応募期間 令和2年1月6日~令和2年2月28日
★抽選にもれても翌年度のがん検診無料券が当たるチャンスがあります。

●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 088-863-7373
●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

子育て支援センター ひよこルーム
(保健福祉センター内)

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。  1月の行事予定
(1月5日まではお休みです)

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:30 12:00	ひよこひろば お休み(27日)	よちよちひよこ 計測日(14日) お休み(21日)	マタニティ&ベビーひよこ 計測日(8日)	よちよちひよこ	ひよこひろば お休み(17日)
12:00 14:30	ひよこひろば	ひよこひろば	ひよこひろば	育児相談	ひよこひろば
対象	*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(年齢に関係なくお待ちしています。) お昼ご飯はひよこルームで食べましょう。				
育児相談	*月~金曜日(9:30~16:00)電話、来所での相談お待ちしています。 *個別相談も受け付けています。				

●「マタニティ&ベビーひよこ」と「よちよちひよこ」の兄弟を連れての参加は、ひよこルームに相談してください。
●事業の関係でお休みとなる場合がありますが、育児相談は受け付けています。
★1月1日(水)~1月5日(日)までお休みとなります。

子育て講座①

「子どもの急病・救急医療について」…ひよこひろば「パパの日」

■日時/1月17日(金)
10時~12時(受付9時30分~)
■場所/ひよこルーム(保健福祉センター内)
■内容/子どもの急病時の判断・対応方法について
■講師/本淨 謹士氏(JA高知病院 小児科医師)
■対象/未就園児の保護者
■定員/親子20組(託児あり)・親のみ10人(託児なし)
■参加費/無料
■募集受付開始/1月6日(月)~(定員になり次第締め切り)

■日時/1月18日(土) 9時30分~12時
■場所/ひよこルーム(保健福祉センター内)
■内容/今日はパパと一緒に遊ぼう(パパ同士の交流)
■対象/未就園児とそのパパ(年齢に関係なく参加できます。おじいちゃんもOK)
※お問い合わせはひよこルームまで。なお事前の申し込みは不要です。

子育て講座②

「産後リカバリーヨガ」…子育て講座③

「手形・足形アート」

■日時/1月21日(火)
10時~11時30分(受付9時30分~)
■場所/ひよこルーム(保健福祉センター内)
■内容/「ヨガを楽しみストレスを解消しよう」
■講師/大崎 厚子先生(ヨガインストラクター)
■対象/生後3か月~7か月の子どもさんとお母さん
■定員/親子12組、親のみ2人
■参加費/500円
■持ち物/ヨガマット(レンタルあり200円)・飲み物(水分補給) 赤ちゃんのお出かけセット
■募集受付開始/1月6日(月)~
定員になり次第締め切り

■日時/1月27日(月)
10時~11時30分(受付9時30分~)
■場所/ひよこルーム(保健福祉センター内)
■内容/「子どもさんの手形足形を思い出に残そう」
■講師/坂本 可奈さん (petapeta art® アドバイザー)
■対象/生後2か月~の未就園児とその保護者
■定員/親子10組
■参加費/500円
■持ち物/A4クリアファイル・お出かけセット・おしりふき
■募集受付開始/1月6日(月)~
定員になり次第締め切り

2019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?2019年度の対象者(2020年3月31日が接種期限)には4月に予防票を送付済みですが、未接種の方で予防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。なお、過去に一度でも肺炎球菌ワクチン(23価)を接種している方は対象外となりますので、ご注意ください。詳細は、「広報なんこく」4月号及び9月号をご覧ください。

