

### 高齢者「インフルエンザ定期予防接種」のお知らせ

予防接種法による、高齢者「インフルエンザ定期予防接種」を下記のとおり実施します。予防接種は発病防止や特に重症化防止に有効です。インフルエンザの流行前に受けましょう。

- 対象者／南国市に住民登録があり、接種当日①②に該当する接種希望者。  
(本人の「接種希望」の意思が確認できること)

- ①65歳以上の方
- ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器又はヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級相当の方)

■実施期間／令和2年10月1日～令和2年12月31日  
※期間中に1回の皮下接種(公費補助は1回のみです)

■実施医療機関／県内の委託医療機関  
※接種日時などは、医療機関にお問い合わせください。

■接種料金(自己負担金)／1,100円  
上記①②に該当する方で、接種日に「生活保護受給中」の方は、事前に南国市福祉事務所で免除証明書をもらい、当日持参すれば自己負担金が免除となります。(申請は本人または代理人)

※市民税非課税世帯に属する方は、接種費用免除の対象になりません。

■申し込み／医療機関へ(健康保険証や運転免許証など、本人の住所、氏名、生年月日を確認できるものが必要)

### 令和2年度11月 無料歯科施設健診

11月8日の「いい歯の日」に合わせて無料歯科健診を行います。この機会に健診を受けてみてはいかがでしょうか！  
(当日は歯科健診のみです。治療は行いません)

- とき／11月9日(月)～11月14日(土)  
歯科医療機関の休診日は除きます。
- 場所／南国市内歯科医療機関
- 対象／南国市在住者
- 申込方法／市内の希望する歯科医療機関へ直接お申込みください。
- 申込受付開始／10月19日(月)～

(50音順)

歯科医療機関名	所在地	電話番号
岩目歯科医院	大 桶 甲	863-6380
岡田歯科	小 籠	863-7811
おなが通り歯科	篠 原	802-6480
かにたに歯科医院	大 桶 甲	878-2677
川添歯科診療所	岡 豊 町	866-2008
ぎよおか歯科	篠 原	802-8148
高島歯科医院	大 桶 甲	864-1182
立田歯科	立 田	863-6468
寺村歯科	緑ヶ丘	865-5656
西川歯科診療所	物 部	864-1121
西村歯科医院	駅 前 町	864-1331
平和歯科診療所	駅 前 町	864-2317
間島歯科医院	植 野	880-8033
みもと歯科医院	大 桶 甲	864-0002
森本歯科診療所	大 桶 甲	864-2365
やまもも歯科クリニック	十 市	856-6480
米田歯科	緑ヶ丘	865-6400

### 産後健診が始まります

令和2年10月1日以降に出産された産婦さんを対象に産後健診が始まります。これは、産後2週間、1か月の2回、産婦の健診を行い、メンタルヘルスや育児に関する状況や気持ちを把握し、産婦に対する支援を早期から実施するために行うものです。対象の方には、受診票をお送りします。お産した産科医療機関で受診してください。

### 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とご家族を対象に、マタニティ教室を開催します。初産・経産は問いません。☆妊娠がわかったら、早めの参加をおすすめします。

\*①②の両方、または一方のみの申し込みも可能です。

①2021年1月15日(金)

②1月29日(金)です。

■場所／保健福祉センター

■当日受付時間／13:10～13:20

■定員／各クラス15組

\*当日は託児はありません。

■参加費／無料

■申込方法／事前に電話でお申し込みください。

クラス	日時	内 容	持参物
① 出産準備クラス	11月6日(金) 13時30分～16時	◎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 ・母乳の上手なあげ方は?赤ちゃん人形で抱っこ練習 ・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	11月25日(水) 13時30分～16時	◎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)

## 後期高齢者医療制度の 歯科健診を受けましょう



後期高齢者医療の被保険者を対象に、歯・歯肉の状態や口腔内の衛生状態等をチェックし、口腔機能の維持・向上、全身疾患の予防等につなげるため、歯科健診を実施します。

### ■対象者・・・高知県後期高齢者医療の被保険者の方

- \*ただし、長期入院中の方、施設等への入所者の方は対象外となります。
- ① 前年度75歳年齢到達者(昭和19年4月1日～昭和20年3月31日生まれの方)及び前年度後期高齢者医療の歯科健診受診者には、受診券を事前送付します。
- ② ①以外の方は、お申込みをいただければ受診券を発行します。

■自己負担・・・無料 \*健診の結果、治療が必要な場合には、別途費用がかかります。

■受診回数・・・実施期間内に1回のみ

■受診方法・・・事前に、受診を希望する登録歯科医院にご予約の上、受診して下さい。

■健診実施期間・・・令和2年10月1日～令和3年2月28日(5ヶ月間)

■持って行く物・・・被保険者証、受診券、問診票、入れ歯、お薬手帳など

### ■健診項目

- ①歯の状態
- ②咬合の状態こうごう
- ③咀嚼機能そしゃく
- ④舌・口唇機能(舌及び口唇の巧緻性)
- ⑤嚥下機能えんげ(だ液の飲み込みテスト)
- ⑥口腔乾燥
- ⑦口腔衛生状況
- ⑧歯周組織の状況
- ⑨問診

■実施機関・・・受診券に同封の実施機関一覧表に記載されている登録歯科医院

■健診結果・・・健診当日、受診した歯科医院で結果説明が行われます。

- ・歯科健診は実施期間内に1回のみ無料の対象となりますので、重複受診の場合は費用を請求させていただきます。
- ・健診結果は、保健指導などに活用いたしますのでご了承ください。

■問い合わせ／長寿支援課 いきいき長寿係 ☎880-6556

## 居安思危

なんこく防災くんの防災情報 37

やす あり あや おも  
- 安きに居て危うきを思う -

### 大規模災害に備えて燃料が半分になる前に満タンにしましょう!

- 南海トラフ地震が発生すると、多くのガソリンスタンドが被災します。
- 高知県全体で、県外からの応援が始まるまで3日間は燃料が足りないことが予想されています。
- 燃料が半分になる前に満タンする習慣を!
- 車に燃料があれば、スマホの充電やラジオでの情報どり、エアコンで暑さ、寒さをしのげます!

