

☆各種健診(検診)・相談など **IP**

重要 新型コロナウイルス感染症対策のため、健診(検診)は定員を設け、電話申込みが必要となりました。3密を避けるために、窓口での申込みはご遠慮ください。

※聴覚・言語障害のある方等、電話での申込みが困難な方は、希望する健(検)診申込み受付開始日より前にご相談ください。

項目	実施日時	場所	対象(市民)	検診料	定員	申込開始日
乳幼児健診	令和3年3月まで、医療機関での個別受診となりました。対象者には個別に通知します。					
4か月児健診						
10か月児健診						
1歳6か月児健診	11月 5日(木)	保健福祉センター	対象者には個別に通知します。			
3歳4か月児健診	11月12日(木)					
肺がん・結核検診	12月 9日(水)	国府公民館	40歳以上	★肺がん・結核検診 40~64歳/200円 65歳以上/無料 ★特定・後期高齢者健康診査 ※加入している保険が国保及び後期高齢者医療の方は無料 ※その他の保険の方は医療保険者にお問い合わせください	60人	11月10日(火)
	12月16日(水)	奈路小学校体育館				11月16日(月)
	12月25日(金)	岡豊ふれあい館				11月26日(木)
肺がん・結核検診および特定・後期高齢者健康診査	12月 6日(日)	SUNSUNながおか	※40~64歳は肺がん検診、65歳以上は肺がん・結核検診		(肺)150人(特定)120人	11月 4日(水)
	12月11日(金)	十市小学校体育館				11月12日(木)
健診結果説明会	11月10日(火)	日章福祉交流センター	特定健診受診者 後期高齢者健診受診者	無料 ※健診結果のお知らせをご持参ください。	なし	申込不要
	11月18日(水)	保健福祉センター				
	11月27日(金)	稲生ふれあい館				
愛の献血	11月 9日(月)	株式会社 垣内				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。

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。お昼ご飯はひよこルームで食べることができます。

月	9:30~12:00	12:00~14:30
月	ひよこひろば	お休み:30日
火	よちよちひよこ 計測日:10日	ひよこひろば お休み:10日
水	マタニティ&ベビーひよこ 計測日:18日 お休み:11日	ひよこひろば お休み:11日
木	よちよちひよこ	
金	ひよこひろば	お休み:27日午後

- *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
 - *育児相談 月~金曜日(9:30~16:00) 電話、来所での個別相談も受け付けています。
- よちよちひよこ、マタニティ&ベビーひよこへの兄弟を連れての参加は、スタッフにご相談下さい

*お出かけひよこ 11/11(水) 西部児童館、11/30(月) 三和防災コミュニティセンター
*パパの日 11/15(日)9:30~12:00 パパと子どもたちの日です。ママは遠慮してね。
○計測をされる場合は、コロナ対策のためバスタオルをご持参下さい。

子育て講座 場所/ひよこルーム **ポ** 募集受付開始/11月2日(月)~ 定員になり次第締め切ります (講座の申し込みは、本人のみとさせていただきます)

- ①『ベビーマッサージ』
 - 日時/11月17日(火) 10時~11時30分(受付9時30分~)
 - 講師/福岡 久美子
 - 対象/3か月~10か月までの子どもさんと保護者
 - 定員/親子9組
 - 参加費/500円(オイル・資料代)
 - 持ち物/バスタオル・飲み物
- ②『手形・足形アート』
 - 日時/11月24日(火) 10時~12時00分(受付9時30分~)
 - 講師/坂本 可奈
 - 対象/2か月からの未就園児とその保護者
 - 定員/親子10組
 - 参加費/500円(材料費)
 - 持ち物/A4クリアファイル・おしりふき

「高齢者インフルエンザ定期予防接種」無償化のお知らせ

今冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されており、重症化のリスクが高い高齢者について、高知県が無償化を決定し、対象となる接種者の自己負担はなくなりました。対象者などの詳細は、「広報なんこく10月号または市ホームページ」をご確認ください。なお、生活保護受給者の方は、自己負担免除証明書交付申請が必要です。

☆ 休日在宅医 (変更する場合があります)

日	曜	当番医	電話
11月1日	日	南国いのうえクリニック(篠原)	855-8001
11月3日	火	嶺石蛸が丘クリニック(嶺石)	862-1123
11月8日	日	南国病院(大浦甲)	864-3137
11月15日	日	脳外科・内科 高知東クリニック(篠原)	821-6600
11月22日	日	藤原病院(大浦乙)	863-1212
11月23日	月	山本循環器内科・眼科(駅前町)	864-2575
11月29日	日	川内内科(後免町)	864-2501

※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

前立腺がん検診 ~50歳を過ぎた男性は要注意~

前立腺がんは、中高年男性に多く発生するがんです。自覚症状が現れにくいので、早期発見のために検診を受けましょう。この検診は高知大学医学部泌尿器科の協力で実施します。

- とき/12月8日(火)、12月15日(火)
- ところ/保健福祉センター
- 受付時間/13:30、14:00、14:30、15:00
初めて受診される方は、受付時間が13:30となります。
- 対象者/50歳以上の男性
- 検査方法/血液検査(血液中のPSA(前立腺特異抗原)を測定)のみ
- 検診料/300円(検診料免除はありません)
- 定員/先着60名(1日につき)
- 申込受付開始日/11月5日(木) 電話でお申し込みください。
※前立腺検査中の方や前立腺疾患で治療中の方は、ご遠慮ください。

日本脳炎予防接種の特例措置について

- ①平成19年4月1日以前に出生されたお子さんで、合計4回(第1期3回、2期1回)の接種がお済みでない場合、20歳に達するまでは、未接種分の接種が受けられます。
- ②平成19年4月2日~平成21年10月1日に出生されたお子さんで、第1期の3回の接種がお済みでない場合、9歳から13歳に達するまでの期間に未接種分の接種が受けられます。
※上記①、②の接種希望者で予診票のない方は、ご連絡ください。予診票を送付します。

産婦健康診査のお知らせ

令和2年10月1日以降出産した方を対象に産婦健康診査が始まりました。これは、産後2週間、1か月前後の産婦の健康診査で、ここからからの回復状況を確認し、不安や心配ごとを聞き、早期の支援につなぐためのものです。対象者には受診票を2回分送ります。出産医療機関で受診してください。(健康診査にかかる費用は無料)

初期・中期 離乳食教室 **ポ**

~ゆうゆう赤ちゃん~
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。なお新型コロナウイルス感染防止のため試食は中止です。電話でお申し込みください。
■日時/12月16日(水) 13:30~15:30
■場所/保健福祉センター
■持参物/母子手帳・エプロン・三角巾・筆記用具・手拭きタオル
■参加費/無料 ■託児定員/15名

てくてもく **ポ**

~ふたごちゃん・みつごちゃんの集い~
ふたごちゃん、みつごちゃんを子育て中のお母さん、お父さん、妊婦さん。みんなで交流し情報交換や仲間作りをしませんか?お気軽にご参加ください。お申し込みは不要です。
■日時/11月6日(金) 午前10時~11時
■場所/保健福祉センター

マタニティ教室

~これからママ・パパの集い~ **ポ**
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。
■場所/保健福祉センター
■当日受付時間/13:10~
■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。
■次回の開催は、①11月15日(金) ②11月29日(金)です。

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の練習	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)