

☆各種健診(検診)・相談など

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	4か月児健診	令和2年9月から令和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。						
	10か月児健診							
	1歳6か月児健診	12月 3日(木)	12：45～ 14：00（受付）	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	12月10日(木)						
健診結果説明会		12月 4日(金)	受付 9:15～9:30 開始 9:30	久礼田公民館	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
		12月18日(金)	終了 10:30	保健福祉センター				
		12月21日(月)	受付 9:15～ 健診結果説明会 9:30～10:00 栄養教室10:00～10:30 運動教室10:30～11:30	三和防災 コミュニティセンター				
愛の献血		12月16日(水)	9:00～12:15	南国警察署		移動献血バスによる400mL献血です。 ご協力よろしくお願いします。		

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

【受付時間】
9:00 ~ 10:30
注意：子宮頸がん検診は、10時までに受付が必要です。

市町村	実施場所	検診日	検診内容
南国市	保健福祉センター	2月11日(木)	肺がん検診
高知市	高知県総合保健協会 中央健診センター	2月14日(日)	胃がん検診
宿毛市	高知県総合保健協会 幡多健診センター	2月27日(土)	大腸がん検診
高知市	高知県総合保健協会 中央健診センター	2月28日(日)	子宮頸がん検診
南国市	保健福祉センター	3月 6日(土)	乳がん検診
南国市	保健福祉センター	3月 7日(日)	

◆対象／今年度(令和2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
- 子宮頸がん検診／20歳以上の女性
- 乳がん検診／40歳以上の女性で、昨年度未受診の方、または、受診年度内に40歳・50歳になる方

◆申込方法

申込先／高知県総合保健協会(南国市保健福祉センターではありません。)

申込電話番号／088-831-4351

申込受付時間／平日の 8:30~17:00

申込受付開始日／令和3年1月6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、締め切ります。

◆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2年度内に40歳・50歳となる方
- ②令和2年度内に70歳以上となる方(ただし、肺がん検診は65歳以上となる方が無料)
- 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。

带状疱疹(たいじょうほうしん)の予防について

带状疱疹は、過去に水ぼうそうにかかった人の体内で眠っていた水痘・带状疱疹ウイルスが、加齢や抵抗力が落ちた時に再発し、発疹や強い神経痛などをおこす病気です。

水痘(水ぼうそう)に感染する3歳までに水痘の定期予防接種を2回受けること、または、水痘または带状疱疹の予防接種を50歳以降に受けることで予防効果が上がります。接種料金は、定期予防接種として3歳までに受ける場合のみ無料です。

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

☎863-7373まで

〒783-0004 南国市大堀甲320

この印の事業は高知家健康パスポートのヘルシーシールの対象事業です。

この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。

健康文化都市・南国

子育て支援センター ひよこルーム

(保健福祉センター内)



12月の行事予定

月	ひよこひろば (9:30~14:30)
火	よちよちひよこ (9:30~12:00) ひよこひろば (12:00~14:30)
水	マタニティ&ベビーひよこ (9:30~12:00) ひよこひろば (12:00~14:30)
木	よちよちひよこ (9:30~12:00)
金	ひよこひろば (9:30~14:30)

*計測日：12/8(火) よちよちひよこ、12/9(水) マタニティ&ベビーひよこ
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。9:30~11:30
*お休み 12/28(月) PM 育児相談 12/29~1/3 年末年始のお休み
行事の関係でお休みになる事がありますが、育児相談は受け付けています

子育て講座

◎募集受付開始／12月1日(火)~
定員になり次第締め切ります

場所／ひよこルーム

(講座の申し込みは、本人のみとさせていただきます)

①「ベビーダンス」

■日時／ 12月15日(火) 10:00~11:30(受付9:30)

■講師／玉木 晶 ■定員／親子9組

■参加費／500円(資料代として)

■持ち物／抱っこひも・飲み物(水分補給)・お出かけセット

■内容／「ママと赤ちゃんのためのベビーダンス」

■対象／4か月~12か月までの子どもさんと保護者



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。

*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

「ひよこルーム」ご利用の方へ

この度「ひよこルーム」では、大規模な床工事を行うことになりました。

12月初旬~1月中旬まで南国市保健福祉センターでの「ひよこルーム」はありません。

詳しくは決まり次第お知らせしますのでよろしくお願い致します。

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、②3月5日(金)です。

クラス	日時	内容	持参物
① 出産準備クラス	1月15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	1月29日(金) 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)

☆ 休日在宅医

(変更する場合があります)

日	曜	当番医	電話
12月6日	日	川本内科クリニック(駅前町)	864-2543
12月13日	日	南国厚生病院(立田)	863-3030
12月20日	日	にしかわクリニック(後免町)	855-7676
12月27日	日	田村子どもクリニック(篠原)	863-0723
12月30日	水	あけぼのクリニック(田村乙)	878-6611
12月31日	木	高田内科(大堀乙)	863-3925
1月1日	金	JA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。

初期・中期 離乳食教室

~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