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。なお、中止する場合がありますので事前にお問い合わせください。

ひよこひろば （未就園児とその保護者）	月・金（ 9:30 ～ 14:30） 火・水（12:00 ～ 14:30）
よちよちひよこ （生後6カ月から歩き始めるまで）	火・木（ 9:30 ～ 12:00）
マタニティ＆ベビーひよこ （妊婦さんと生後6カ月まで）	水　（ 9:30 ～ 12:00）
育児相談 （電話、来所での個別相談も受け付けています）	月～金（ 9:30 ～ 16:00）

よちよちひよこ、マタニティ＆ベビーひよこへのきょうだいを連れての参加は、スタッフにご相談ください。

＊計測日：5/10㈫　よちよちひよこ
5/11㈬　マタニティ＆ベビーひよこ
計測をされる場合は、感染症対策のためバスタオルをご持参ください。(9:30 ～ 11:30)

子育て講座 ◎募集受付開始／5月2日㈪　◎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

「産後リカバリーヨガ」
―ヨガで体を動かしてリフレッシュしよう―

■日時／5月24日（火）　10時～11時30分（受付9時30分～）
■講師／大﨑　厚子（ヨガインストラクター ）
■対象／3カ月～7カ月までの子どもさんとママ
■定員／親子8組　■持ち物／バスタオル、ヨガマット
■参加費／500円、　ヨガマットをレンタルされる場合は700円

子宮頸がんワクチンの積極的勧奨を令和4年4月より再開します。

令和4年度に小学6年生～高校1年生になる女子については令和4年3月末に予診票を発送しています。
平成9年～平成17年度生まれの女子についても特例措置として接種対象になりますので、順次予診票を郵送します。

子宮頸がんワクチンを自己負担で接種された方へ費用を助成します

平成２５年度から令和３年度までの間、子宮頸がんワクチンの積極的勧奨が中断されたことにより、定期接種による接種の機会を逃し、自費により当該ワクチンを接種した方に対し、接種費用の助成を行います。

（対象者）
①令和４年４月１日時点で南国市に住所を有する平成９年４月２日から平成１８年４月１日までに生まれた女子
②子宮頸がんワクチンを自費により接種し、償還払いを受けようとする接種回数分について、キャッチアップ接種を受けていないこと
③子宮頸がんワクチンの種類がサーバリックス又はガーダシルであること
④平成２５年度以降に定期接種に代えて自費により接種したものであること

詳しくは南国市保健福祉センターまでお問い合わせください

南国市精神障がい者“ミニデイケア”

在宅で生活している精神障がい者の方の自立と社会参加を促す場として、家族やボランティアも参加し、月に１回程度開催しています。
参加者同士で交流を深めながら、色々なことにチャレンジしてみませんか？初めての方も大歓迎です。ぜひ、お申し込みください。

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

対象者：在宅で生活している、精神疾患の診断のついている方（原則、医療機関にかかっていること、かつ主治医から参加の許可が出ていること）
場　所：保健福祉センター
内　容：簡単な運動、調理実習、季節に応じた行事など
参加費：無料（参加費が必要となる月もあります。事前にご確認ください）

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

・参加する場合は、事前予約が必要です。
・初回の方は、保健師がお話を聞かせて頂きます。
・お問い合わせは、南国市保健福祉センターまでお願いします。

★ 各種健診（検診）・相談など

重要 健診（検診）は電話でお申込みください。
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	申込開始日
肺がん・結核検診および特定・後期高齢者健康診査	6月 3日㈮	午前・午後	十市小学校体育館	40歳以上 1年に1回	★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 ※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	5月 9日㈪
	6月12日㈰		SUNSUNながおか			5月11日㈬
	6月14日㈫	午前	中央市民館（長岡）			5月16日㈪
		午後	岩村ふれあいセンター			
胃がん検診（胃部エックス線検査）	6月29日㈬	午前	保健福祉センター		900円	5月31日㈫
大腸がん検診					400円	
子宮頸がん検診（施設検診）	6月～11月（祝日を除く月曜から金曜）	9:30	ＪＡ高知病院	20歳以上 2年に1回（ただし記念検診対象者は受診可能です。）	800円	5月10日㈫から受診希望日の1週間前まで ※1週間前が祝日の場合、その翌日まで

集合時間は郵便でお知らせします。

乳幼児健診
■受付時間／12:45～14:00
■場所／保健福祉センター

対象の方には通知書でお知らせします。
電話でお申し込みください。

4カ月児健診	6月 2日㈭
10カ月児健診	5月26日㈭
1歳8カ月児健診	5月12日㈭
3歳6カ月児健診	5月19日㈭

離乳食教室 ～ゆうゆう赤ちゃん～

離乳食の進め方や赤ちゃんのお口の発達について一緒に学んでみませんか。事前に電話でお申し込みください。

■日時／6月15日㈬　13:30～14:30
■場所／保健福祉センター
■持参物／母子手帳・筆記用具・抱っこひも（お子様連れの方）
■参加費／無料　■定員／8組
※お子様と一緒にご参加いただけますが、託児はありません。
※調理実習はありません。

★ 休日在宅医
（変更する場合があります）

日	曜	当　番　医	電話
5月1日	日	にしかわクリニック（後免町）	855-7676
5月3日	火	南国厚生病院（立田）	863-3030
5月4日	水	JA高知病院（明見）	863-2181
5月5日	木	岡豊病院（岡豊町）	866-2345
5月8日	日	脳外科・内科 高知東クリニック(篠原)	821-6600
5月15日	日	北村病院(東崎)	864-2101
5月22日	日	川田内科(後免町)	864-2501
5月29日	日	田村こどもクリニック(篠原)	863-0723

※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。

なんこく無料歯科健診

6月の「歯と口の健康週間」に合わせて無料歯科健診を行います。家族そろって歯科健診に行きましょう！
（当日は歯科健診のみです。治療は行いません）

■日時／6月4日㈯・6日㈪・7日㈫・8日㈬・9日㈭・10日㈮
歯科医療機関の休診日は除く
■場所／　下記の市内歯科医療機関
■対象／　市内在住者
■申込方法／希望する日時を、直接歯科医療機関へお申し込みください。
■受付開始／5月11日（水）～

（50音順）

歯科医療機関名	所在地	電話番号
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	（大埇甲）	878-2677
川添歯科診療所	（岡豊町）	866-2008
きよおか歯科	（篠原）	802-8148
高島歯科医院	（大埇甲）	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	（大埇甲）	864-0002
森本歯科診療所	（大埇甲）	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

上記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 南国市大埇甲320
☎ 863-7373 まで