

元気くらぶ参加者募集

南国市では、高齢者対象に介護予防教室を開催しています。

高齢者の方、家に閉じこもっていませんか。この教室に気軽に集い、みんなと一緒に交流しながら元気に磨きをかけましょう。作品づくり、遠足などをはじめ、楽しい内容の教室をご用意しています。

とき / 毎月第2・4水曜日 13:30~15:30
ところ / 保健福祉センター

対象者

- ・おおむね65歳以上の方
- ・身体機能の低下により生活に不自由を感じる方
- ・自立または要支援の方（介護認定が要介護1以上の方は除きます）

内容

- ・遠足・クッキング・買い物・絵手紙
 - ・集団リハビリ・音楽療法
 - ・身だしなみ講座
- 定員 / 14名（定員になり次第、締め切ります）



離乳食や病気・けがなど、育儿にまつわる不安や悩みと一緒に楽しく解消しませんか。
母子保健推進員による保育（定員15名）もあります。電話でお申し込みください。
日時・内容

4月26日(金)午後1時30分	離乳食講習会
5月10日(金)午後1時30分	3時 乳幼児の応急手当
5月28日(火)午後1時~2時	30分 小児科の先生のお話
	3時 ところ／保健福祉センター

とき / 4月16日(火)
午後6時30分~8時30分
ところ／保健福祉センター

講師 メグ・ヒックリングさん
(通訳 三輪妙子さん)
演題／メグさんの性教育
備考／絵本の企画展あり。
児童（定員15名）もありますの
で、お申し込みください。

子どもが性的健康を保つには、年齢に応じた知識を必要とします。幼児の頃から若者になるまで、常に大人（親）の話しが大切です。「メグさんの性教育読本」の著者のメグ・ヒックリングさんと一緒に考えてみませんか。

ゆうゆう赤ちゃん (子育て教室)

性と生を学ぶ講演会

肝炎ウィルス検診がはじまります

4月から基本健康診査に併せてC型肝炎のウィルス検査を実施します（平成14年度から5年間の予定）。

基本健診の対象者で次に該当する方を対象とします（希望者のみ）。

平成14年4月1日～平成15年3月31日の期間の誕生日で40・45・50・55・60・65・70歳となる方

ただし、前回の基本健診の肝機能検査が「治療中」「要医療」であった方、および既に肝炎ウィルス検査を受けたことのある方は除きます。

肝炎ウィルス検査は血液検査です。基本健診の血液検査と同時に採血します。

検査料金は400円です。

検査希望者は基本健康診査の受付でお申し込みください。

C型肝炎とは

C型肝炎は、C型肝炎ウィルスの感染により起こる肝臓の病気です。肝炎になると、肝臓の細胞が壊れて、肝臓の働きが悪くなりますが、重症化するまで自覚症状の現れないことがあります。

肝炎ウィルスの持続感染者（キャリア）の中には自覚症状がなく、感染に気づいていない方が多くおり、また、キャリアは慢性肝炎や更には肝硬変、肝がんへと移行する可能性もあります。症状がなくても検査を受け、病気を早く発見することが大切です。

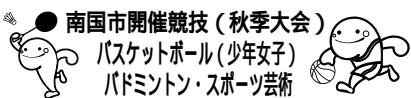
次のような方が、C型肝炎ウィルス感染の可能性が比較的高いと考えられます。

- ・平成4年（1992年）以前に輸血や大きな手術を受けた方
- ・非加熱血液凝固因子製剤やフィブリノーゲン製剤を投与された方
- ・薬物乱用者、刺青、ボディピアスなどで器具（針）を共用したことのある方
- ・過去に健康診断で肝機能検査の異常を指摘されたが、その後検査を実施していない方

次に掲げるようなことでは、C型肝炎に感染しません。

握手 抱き合う キス（唾液では感染しません） 入浴
隣に座る コップや食器の共用 咳、食べ物、飲み物 など

* なお、B型肝炎ウィルス検査についても併せて実施します。



★ 健康相談・育児相談・健診など

内 容	対 象	日	曜	受付時間	と こ ろ		
健康相談	久礼田	4 / 3	水	9:30 ~ 10:30	久礼田体育館		
	岡 豊	8	月	10:00 ~ 11:00	岡 豊 支 所		
	三 和	19	金	13:30 ~ 14:30	三 和 公 民 館		
育児相談	十 市	4 / 8	月	10:00 ~ 11:00	十 市 支 所		
びよびよルーム	全地区	4 / 17	水	13:30 ~ 15:00	保健福祉センター		
1歳6ヶ月児健診	全地区	4 / 4	木	13:10 ~ 14:10	保健福祉センター		
3歳4ヶ月児健診		4 / 11		13:00 ~ 14:00			
4ヶ月児健診		4 / 22	月	13:10 ~ 14:10			
10ヶ月児健診		4 / 25	木	13:10 ~ 14:10			
乳幼児ツベルクリン検査	全地区	4 / 16	火	13:30 ~ 14:00	保健福祉センター		
乳幼児ツベルクリン判定・BCG接種		4 / 18	木	13:30 ~ 14:10			
ゆうさん友の会	全地区	4 / 3	水	13:30 ~ 15:30	保健福祉センター		
元気くらぶ (新リハビリ教室)		5 / 1					
愛の献血		4 / 10	水	13:30 ~ 15:30			
		24					
		4 / 23	火	9:30 ~ 11:00	四国松下ライフエレクトロニクス		
				12:30 ~ 14:00			
基本健康診査 胸部レントゲン検査				14:30 ~ 17:00			
大 篠	24	水	11:30 ~ 16:00	高 知 医 科 大 学			
	4 / 2	火	9:30 ~ 11:00	明 見 公 民 館			
			13:30 ~ 15:00	J A 瓶 岩 支 所			
瓶 岩	9	火	9:30 ~ 11:00	SUNSUNながおか			
			13:30 ~ 15:00				
	11	木	9:30 ~ 11:00	南 陣 山 公 民 館			
			13:30 ~ 15:00	西 山 公 民 館			
長 岡	黑 滝	12	金	10:00 ~ 11:00			
		15	月	黒 滝 公 民 館			
			13:30 ~ 15:00	西 部 集 会 所			
	16	火	9:30 ~ 11:00	中 央 福 祉 館			
岡 豊			13:30 ~ 15:00				
	19	金	9:30 ~ 11:00	岡 豊 町 公 民 館			
			13:30 ~ 15:00				
	5 / 2	木	9:30 ~ 11:00	定 林 寺 公 民 館			
国 府				13:30 ~ 15:00			
		4 / 22	月	9:30 ~ 11:00	国 府 公 民 館		
久礼田				13:30 ~ 15:00	久礼田体育館		
		5 / 1	水	9:30 ~ 11:00			
				13:30 ~ 15:00			

* なお、麻しん・風しん・三種混合・乳幼児ツベルクリン反応検査・BCG・4ヶ月児健診・10ヶ月児健診・1歳6ヶ月児健診・3歳4ヶ月児健診は、別途に個人通知します（新対象の方のみ通知）。

お問い合わせ

この2ページの検診などのお申し込み・
お問い合わせは、保健福祉センター

（ 863-7373 まで

ホームページ

<http://www.city.nankoku.kochi.jp/hfc/index.htm>

母子手帳は保健福祉センターで
お渡ししています

胃がん検診

とき・ところ

5月13日(月) 市農協国府支所

5月21日(火) 十市農協園芸部

5月22日(水) 十市交流プラザ

5月27日(月) 市農協瓶岩支所

5月28日(火) 西野々公民館

受付時間 / 8:30、9:30

対象 / 40歳以上

検診料 / 700円

* 胃・子宮・乳がん検診を希望される方は、2週間前までに電話でお申し込みください。

* 70歳以上・生活保護世帯・非課税世帯の方、障害者手帳（身体・精神）・療育手帳をお持ちの方・記念総合健診対象の方は無料です。検診申込時または受付時にお申し出ください。

子宮がん・ 乳がん検診

とき・ところ・受付時間

5月13日(月) 9:20、9:50

市農協国府支所

5月13日(月) 12:50、13:20

西野々公民館

5月27日(月) 9:20

市農協瓶岩支所

対象 / 30歳以上

検診料 / 子宮頸がん 500円

乳がん 200円

休日在宅医

日	曜	当 番 医	電 話
4 / 7	日	宮 田 整 形 外 科 (篠 原)	863-5885
14	日	田 村 こ ど も ク リ ニ ク (篠 原)	863-0723
21	日	J A 高 知 病 院 (明 見)	863-2181
28	日	あ け ぼ の 小 児 ク リ ニ ク (田 村 乙)	878-6611
29	月	尾 木 内 科 医 院 (篠 原)	863-2787
5 / 3	金	曾 根 産 婦 人 科 (大 堀 甲)	863-5318
4	土	西 田 順 天 堂 内 科 (大 堀 甲)	863-1881
5	日	高 田 内 科 (大 堀 乙)	863-3925

変更する場合があります。

4月から農協総合病院が「JA高知病院」に名称変更され、明見に移転しています。

