

☆☆ **ぴよぴよ
ルーム** ☆☆



子育て中のお母さん、親子で友達をつくったり、子どもを遊ばせながらホッと一息つきませんか？

みんなで楽しいひとときを過ごしましょう。

▶ 7月13日(火) 13:30~15:00

「運動会の準備をしよう！」

▶ 8月4日(水) 13:30~15:00

「ぴよぴよ運動会！」

☆☆☆☆☆☆☆☆

また、保健福祉センター1階ロビーでは、こころの健康を考える会による「喫茶すまいる」も上記時間内、開店します。

お気軽にお越しください。

**ゆうゆう赤ちゃん (子育て教室)
離乳食講習会**

乳児のいる家族の方を対象に離乳食講習会を開催します。離乳食など育児にまつわる不安や悩みを一緒に楽しく解消しませんか。

母子保健推進員・託児ボランティアによる保育もあります。

電話でお申し込みください。

■とき／7月23日(金) 13:30~15:30

■ところ／保健福祉センター

■内容／初期・中期の離乳食講習、栄養士による説明後、調理実習

■参加料／無料

■持参物

エプロン・三角巾・母子手帳・筆記用具

■保育定員／15名

※申込先・お問い合わせは、保健福祉センター (☎863-7373) まで

「8020さがそう隊」を募集!

「8020運動」は80歳になっても20本以上の歯を残すことを目標にする「歯の健康づくり」です。

「8020さがそう隊」は、80歳以上で20本の歯を持っている熟年者を捜し出し、歯を保つひけつなどをインタビューしてしてもらうものです。

家族や学校の友達どうしなど3人以上のグループであれば、年齢は問いません。

さがそう隊から報告された8020達成者は「高知県いい歯の表彰」に推薦します。

■申込方法

中央東保健所にある「8020さがそう隊登録用紙」に必要事項を記入し、郵送またはFAXでお申し込みください。

■申込締切／7月16日(金)



※申込先・お問い合わせは、中央東保健所健康課

(〒782-0016 香美郡土佐山田町山田1128-1

☎0887-53-3172

FAX0887-52-4561) まで

乳がん検診について

平成16年度から、乳がん検診は、40歳以上の対象者について、視触診に比べより有効である乳房X線(マンモグラフィ)検診を導入しました。それに伴い、視触診検診は30歳代の方のみとし、40歳以上は廃止しました。国の乳がん検診の方針見直しにより視触診検診は廃止され、平成17年度以降は全面的にマンモグラフィ検診に移行します。平成16年度は、全面的なマンモグラフィ検診への移行の前に、30歳代を対象に、自己検診の普及を兼ね、8月11日(水)のみ視触診検診を行います。30歳代の対象者が、市の乳がん検診を受診できる機会は今回最後となります。

ぜひ、この機会に乳がん(視触診)検診を受診してください。平成17年度は、市としての視触診検診は行いませんので、視触診による乳がん検診を希望する方は、病院(外科・乳腺外科)へ直接お申し込みください。

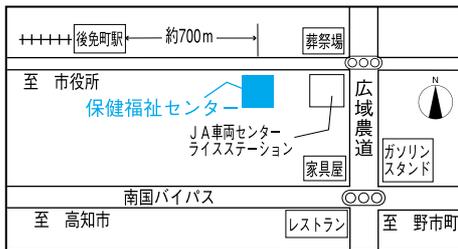
※お問い合わせは、保健福祉センター

(☎863・7373) まで

★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	7/1	木	9:30~10:30	久礼田体育館
		8/2	月		
	長岡前浜	7/14	水	11:00~13:00 13:00~14:00	中央福祉館 南部福祉館
育児相談・歯科相談	岡豊	7/26	月	10:00~11:00	蒲原団地集会所
育児相談 (親子集いの場)	十市	7/12	月	10:00~11:00	十市支所 (多世代交流プラザ)
4カ月児健診	全地区	7/26	月	13:00~14:00	保健福祉センター
10カ月児健診	全地区	7/22	木	13:10~14:10	保健福祉センター
1歳6カ月児健診		7/9	金		
3歳4カ月児健診	全地区	7/15	木	13:00~14:00	保健福祉センター
乳幼児 ツベルクリン検査	全地区	7/27	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	全地区	7/29	木	13:30~14:10	保健福祉センター
両親教室③ ④ 沐浴	全地区	7/6	火	13:20~15:40	保健福祉センター
		13	土		
		17	日		
離乳食講習会	全地区	7/23	金	13:30~15:30	保健福祉センター
愛の献血 (16~69歳)	全地区	7/5	月	9:30~11:30	高知富士通テクノポート
				12:30~16:00	
		7/12	月	9:30~11:30	高知県農業技術センター
				13:30~15:30	高知カシオ(株)
		7/20	火	9:30~11:15	高知県トラック団地 事業協同組合
				13:00~16:00	協同組合テクノ高知
		7/30	金	10:00~12:00	(株)南国オフィス パークセンター
				14:00~16:00	J A 高知病院

母子手帳は保健福祉センターで
お渡ししています



☆ 休日在宅医

日	曜	当 番 医	電 話
7/4	日	岡豊病院(岡豊町)	866-2345
11	日	山本循環器内科(駅前町)	864-2575
18	日	藤原病院(大涌乙)	863-1212
19	月	西田順天堂内科(大涌甲)	863-1881
25	日	高田内科(大涌乙)	863-3925
8/1	日	鍋島医院(国分)	862-0030

※変更する場合があります。

子宮がん検診

- とき/8月12日(木)
- 受付時間・ところ
8:50、9:20 保健福祉センター
13:20、13:50 南部福祉館
- 対象/30歳以上の市民(女性)
- 検診料/子宮頸がん500円

乳がん検診(視触診)

- とき・ところ
8月11日(水) 保健福祉センター
- 受付時間/9:20、9:50
- 対象/30歳代の市民(女性)
- 検診料/200円

乳がん検診 (マンモグラフィ乳房エックス線撮影)

- とき・ところ
8月10日(火) 保健福祉センター
- 受付時間/8:15、9:15、10:15
13:15、14:15、15:15
- 対象/40歳以上で年度内(平成16年4月1日~平成17年3月31日)の誕生日で年齢が偶数年齢になる市民(女性)
- 定員/60名
- 検診料/1,000円

*マンモグラフィは左右の乳房を挟み2方向からエックス線撮影を行う検査です。ペースメーカー着用の方は撮影技師とご相談ください。妊娠中、授乳中、豊胸手術を行っている方はご遠慮ください。

※子宮がん検診と乳がん検診は検診日が異なりますので日程をご確認のうえそれぞれお申し込みください。

※各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申し出てください。

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>

