

「8020さがそう隊」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とする「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、歯を保つひげつなどをインタビューしてもらうものです。家族やご近所の仲間、学校の友達など3人以上のグループであればどなたでも参加できます。

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

中央東福祉保健所にある「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15日(金)

※申込先・お問い合わせは、

中央東福祉保健所健康課

(〒782-0016 香美郡土佐山田町山田1128-1

☎0887-53-3172

0887-52-4561)まで

「パワーリハビリ教室生」で介護予防！

市では、虚弱高齢者や要介護高齢者を対象とした筋力向上トレーニング「パワーリハビリ教室」を開催します。体操と機器を使用した運動により、加齢等が原因で衰えた筋力を取り戻し、より自立した日常生活が送れるよう支援します。

■対象／以下の全てに該当する方

(過去に参加された方を除く)

- ▶60歳以上で南国市に住民票のある方
- ▶要介護認定が要支援、要介護1、要介護2程度の方
- ▶週2回、3カ月(全24回)続けて参加できる方
- ▶介護保険サービスの通所リハビリ(デイケア)や訪問リハビリを利用していない方
- ▶パワーリハビリのトレーニングを行う上で、身体的に支障のない方

※申込先・お問い合わせは

保健福祉センター内基幹型在宅介護支援センターつばさ(☎863-7430)まで

■とき／平成17年9月～11月

毎週火曜日・金曜日(週2回、全24回)

13:30～16:00(1回2時間程度)

■ところ

ケアハウス「たんぽぽ」(岡豊町常通寺島)

■参加料／1回340円(送迎有り)

*送迎無しの場合は240円

■募集人員／10名程度

■募集期間／7月1日(金)～7月22日(金)まで

■応募方法

担当ケアマネージャーに相談のうえ、電話でお申し込みください。応募に必要な書類をお送りします。後日、聞き取り調査を行ったうえで、参加者を決定します。

南国市精神障害者

「家族の集い」のお知らせ

ご家族の誰かが精神障害のために悩んだり、不安を抱えたり、とまどいを感じていませんか？

同じ不安や心配事などを持つ家族同士が、ともに学び、話し合い、支え合うことで元気を取り戻していこうと、保健福祉センターに集まって交流を深めています。初めての方も大歓迎です。肩の荷を下ろしにきてみませんか？お気軽にご参加ください。

こころの健康につきましては、保健師が随時ご相談に応じていますのでお気軽にご連絡ください。

■とき／7月20日(水) 13:30～15:30

■ところ／保健福祉センター

■申込締切／7月18日(月)

※申込先・お問い合わせは

保健福祉センター(863-7373)まで

日本脳炎定期予防接種の見合わせについて

市では、平成17年5月30日付け厚生労働省からの「定期予防接種における日本脳炎ワクチン接種の積極的勧奨の差し控えについて」との勧告文書を受け、右記の予防接種を当面見合わせることにしました。

その背景として、日本脳炎予防接種が原因と考えられる健康被害(重傷の急性散在性脳脊髄炎)が発生したことがあります。

ただし、日本脳炎流行地域(朝鮮半島、台湾、中国、ベ

トナム等)へ渡航するときや蚊に刺されやすい環境状態などにより接種を希望される場合は、従来どおり接種できます。この場合には、予防票のほかに同意書への記載が必要となります。

なお、より低リスクのワクチンを現在開発中であり、それが接種可能となれば接種勧奨を再開する予定です。

*予防接種に関するお問い合わせは、保健福祉センターまで

★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	金	9:30~10:30	久礼田体育館
		8/1	月		
	長岡	7/13	水	11:30~13:00	中央福祉館
育児相談 (集いの広場)	全地区	7/4	月	10:00~11:00	十市支所 (多世代交流プラザ)
		8/8	月		
4か月児健診	全地区	7/28	木	13:00~14:00	保健福祉センター
10か月児健診		7/25	月		
1歳6か月児健診		7/14	木		
3歳4か月児健診		7/21	木		
乳幼児BCG接種	全地区	7/26	火	13:30~14:10	保健福祉センター
ゆうゆう赤ちゃん (母乳講習会)	全地区	7/15	金	13:30~15:00	保健福祉センター
愛の献血	全地区 (16~69歳)	7/1	金	9:30~11:00	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
		7/13	水	9:30~11:30	高知県農業技術センター
				13:00~16:00	高知空港ビル(株)
		7/15	金	11:30~16:00	高知大学農学部
		7/26	火	10:00~12:00	サニ-アクス南国店駐車場
		7/28	木	10:00~12:00	(株)南国ワイスパークセンター
				14:00~16:00	高知カシオ(株)
		8/4	木	9:30~11:30	高知県南国合同庁舎
				13:30~16:00	J A 高知病院

★地域子育て支援センター

子育て支援センターは、子育て情報の交換・相談ができると共に、親子が自由に遊べる場所です。

お父さん、お母さん。子どもさんといっしょに遊びに来てみませんか？


■開放日／毎週月・金曜日

※7月8日(金)、11日(月)は会場の都合でお休みします。

■時間／9:30~12:00


■場所／保健福祉センター

*上記以外でもいつでも子育てに関する相談をお受けします。お電話でもかまいませんのでお気軽にご相談ください。

●びよびよルーム 

たくさんの親子と一緒に楽しいひとときを過ごしましょう。身体測定もできます。お待ちしております。

■とき／7月27日(水) 13:30~15:00

■ところ／保健福祉センター 



母子手帳は保健福祉センターでお渡ししています。市の母子保健事業・サービスについてご説明しますので、時間に余裕をみてお越しください。

子宮頸がん検診

■とき・ところ

▶8月15日(月)

9:20、9:50／保健福祉センター
12:50、13:20／南部福祉館

■対象／20歳以上の女性

■検診料／600円

子宮頸がん施設検診

■とき／8月8日(月)・11日(木)

■受付時間／14:00、14:30、15:00、
15:30、16:00

■ところ／なんごく産婦人科

■対象／20歳以上の女性

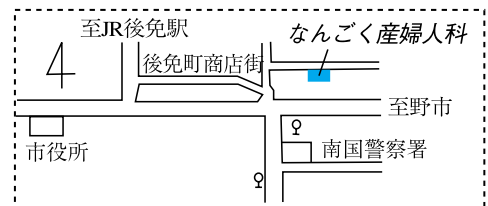
■検診料／800円

■定員／1日先着20名

■申込先／保健福祉センター

*4月1日以降、市役所が実施した子宮頸がん検診を受けられた方はご遠慮ください。

*検診のみの対応とさせていただきます。保険診療はありませんのでご了承ください。



※子宮がん・子宮がん施設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。

☆ 休日在宅医

日 曜	当 番 医	電 話
7/3 日	尾木 内科 医院(篠原)	863-2787
10 日	あけぼの小児クリニック(田村)	878-6611
17 日	たかはし内科小児科(緑ヶ丘)	865-5680
18 月	南国中央病院(後免町)	864-0001
24 日	谷 医 院(片山)	865-8335
31 日	いちほら内科小児科(大桶甲)	863-3915

※変更する場合があります。

※18・19ページの検診などの申込先・お問い合わせは、**保健福祉センター** (〒783-0004 南国市大桶甲320 863-7373) まで **ホームページ** <http://www.city.nankoku.kochi.jp/hfc/index.htm>