

# 5月の健康カレンダー

## ● 愛育班活動

内容	日	曜日	場所
総会	18	木	沼島総合センター

## ● 健康相談

内容	日	曜日	時間	場所
生活習慣病相談、 栄養相談、 血圧測定など	15	月	9:00～10:30 13:00～15:00	市役所本館 1階

## ● 乳幼児健康カレンダー

内容	日	曜日	受付時間	場所
母親学級	18	木	13:15～13:30	
4か月児健康診査 (29年1月生)	30	火	12:30～13:00	
10か月児健康診査 (28年7月生)	23	火	12:30～13:00	
1歳6か月児健康診査 (27年10月生)	9	火	12:30～13:00	
2歳児歯科健診 (27年2月生)	17	水	13:00～13:30	
3歳児健康診査 (26年4月生)	16	火	12:30～13:00	
就学前5歳児健康診査 (24年5月生)	22	月	12:30～13:00	南あわじ市 保健センター
強い歯大好き健診 (26年2月・26年8月生)	10	水	13:15～13:45	
育児相談 (28年3月生)	12	金	13:30～14:00	
(28年10月生)	26	金		
食育講座赤ちゃん栄養サロン (28年12月生)	25	木	9:45～10:00	
遊びの教室(予約制)	11	木	9:30	
発達支援相談(予約制)	11	木	13:30～	

## 時間外診療病院

月	平成病院
火	平成病院 八木病院
水	中林病院 南淡路病院
木	翠鳳第一病院
金	中林病院
土	翠鳳第一病院

平日18:00～23:00  
土曜13:00～23:00  
※当直医によって専門以外の診療はできない場合があります

## 休日応急診療所(寛集地区公民館横☎53-1536)

診察日	9:00～11:30 13:00～16:30	19:00～22:30
3日(水)	橋田友孝 医師	鈴木俊示 医師
4日(木)	福原正博 医師	平山 毅 医師
5日(金)	前田昌己 医師	前田昌己 医師
7日(日)	前田昌己 医師	穀内勇夫 医師
14日(日)	宮崎美枝 医師	畑田卓也 医師
21日(日)	村野謙一 医師	渡辺 優 医師
28日(日)	前田昌己 医師	齊藤雅文 医師

## ● 献血

日	曜日	受付時間	場所
16	火	10:00～12:00 13:15～16:00	市役所本館

## ● 阿波踊り体操(いづみ会主催)1回100円

内容	日	曜日	時間	場所
阿波踊り体操	2	火	10:00～	南あわじ市 保健センター
	17	水		

※各種教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎43-5218)まで

## いづみ会リーダー養成講座 いきいき食育教室 受講生の募集

健康づくりのためのバランスのよい食事のとり方や生活習慣病予防の献立づくりなどを学びます。

期 間 5月29日～12月まで計11回

場 所 南あわじ市中央公民館ほか

参加費 年間1,500円程度(実習材料費等)

☎洲本健康福祉事務所健康管理課☎26-2062

## 認知症を支える家族の会 スマイル

認知症の介護の悩みを一人で抱え込んでいませんか?日ごろの思いを話し合える場です。

日 時 5月10日(水)14:00～15:00

場 所 中央公民館2階 視聴覚室

☎地域包括支援センター☎43-5237

## 認知症カフェ ※申込不要

認知症カフェは認知症の人とご家族、地域の皆様誰もが、気軽に参加し、集える場です。家族が抱える介護負担についてもスタッフが相談に応じます。



日 時 5月30日(火)13:00～16:00

場 所 いちばん星(南あわじ市市福永572)

☎地域包括支援センター☎43-5237

## 小児救急医療

### ◆小児夜間救急電話センター

毎日午後10時～午前6時までの間、医師が輪番で小児夜間救急診療を行っています。

☎小児夜間救急電話センター☎44-3799

### ◆休日小児救急診療

日曜・祝日・年末年始の休日、みなと元気館内の洲本市応急診療所において、小児科医の輪番による小児救急診療所を開設しています。

受付時間 9:00～11:30、13:00～16:30

☎洲本応急診療所☎24-6340

# 予防接種を受けて 子どもの健康を守ろう

☎健康課☎43-5218



## 予防接種は何のため?

感染症は、ウイルスや細菌などにより引き起こされる病気のことで、中には、子どもの命にかかわるものや、重い後遺症を残す恐れのあるものもあります。

赤ちゃんは産まれる時、病気に対する抵抗力をお母さんから分けてもらいますが、数か月程度でその力は消えてしまいます。

予防接種は、病気の原因となるウイルスや細菌の毒素を弱めるなどしたワクチンを作り、これを体に接種することで病気に対する免疫をつけます。病気の発症を予防したり軽症化することができます。

予防接種は、病気の原因となるウイルスや細菌の毒素を弱めるなどしたワクチンを作り、これを体に接種することで病気に対する免疫をつけます。病気の発症を予防したり軽症化することができます。

なんで痛いの  
に注射するの?



## 南あわじ市での予防接種

予防接種法という法律に基づいて行われる「定期予防接種」と、市の行政措置として費用の一部を負担する「行政措置予防接種」を実施しています。

対象となる人には個別に通知をしています。ワクチンごとに接種年齢が異なり、また複数回受ける必要があるものもありますので、予定を組んで受けることが大切です。

## いきいき百歳体操 サポーター育成研修参加者募集



日	曜日	時間	場所	内容
5月17日	水			対象:いきいき百歳体操を支援・ 応援してくれる人 内容:体操の目的・方法など 申込締切:5月12日(金)
5月24日	水	10:00	広田地区 公民館	
5月31日	水	11:45		
6月7日	水			

☎地域包括支援センター☎43-5237

## 南あわじ市の予防接種医療機関

定期の予防接種医療機関は、市ホームページに掲載しています。

平成29年3月までに配布された医療機関名簿は一部変更がありますので、お持ちの人は市ホームページで確認していただくか、健康課までお問合せください。

## 予防接種を受ける際の注意点

次の場合は、予防接種を受けることができません。

- ① 37.5℃以上の発熱がある
- ② 重い急性の病気にかかっている
- ③ 予防接種のワクチンに含まれている成分で、強いアレルギー反応を起こしたことがある

※他にも予防接種を受けるのに不適当な場合がありますので、かかりつけの医師か健康課までご相談ください。

少し熱っぽいけど...  
大丈夫かな?



## 健康課からのお知らせ ☎43-5218

### ● 高齢者肺炎球菌予防接種

今年度の定期接種に該当しない75歳以上の人で、過去に市の助成を受けて高齢者肺炎球菌予防接種を接種していない人は、行政措置予防接種として定期接種と同様に3,000円で受けることができます。接種を希望される人は必ず健康課までお問合せください。

### ● 町ぐるみ健診を受けましょう

町ぐるみ健診の申込みを受付中です。あなたとあなたを必要とする人のために、健診を受けましょう。健診は、6月23日から9月4日まで。