

7月の健康カレンダー

● 愛育班活動

内容	日曜日	時間	場所
愛育班活動	7 木	13:00～	姫路市民会館

● A型リハビリ教室

内容	日曜日	時間	場所
機能訓練を必要とする 64歳以下を対象(要予約)	22 金	10:00～12:00	緑保健福祉センター

● 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、体脂肪測定など	4 月 11 月 20 水 25 月	9:00～10:30	三原保健センター 緑保健福祉センター 西淡保健センター 南淡福祉保健センター

● 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	21 木	13:15～13:30	
4か月児健康診査 (23年3月生)	26 火	12:30～13:00	
10か月児健康診査 (22年9月生)	12 火	12:30～13:00	
1歳6か月児健康診査 (21年12月生)	5 火	12:30～13:00	緑保健福祉センター
3歳児健康診査 (20年6月生)	19 火	12:30～13:00	
2歳児歯科健診 (21年4月生)	15 金	13:00～13:30	
強い歯・幼児フッ素塗布 (20年4月・20年10月生)	1 金	13:00～13:45	
育児相談 (22年5月生) (22年12月生)	6 水 13 水 20 水 29 金	13:00～14:00	南淡福祉保健センター 西淡保健センター 緑保健福祉センター 三原保健センター
食育講座赤ちゃん栄養サロン (23年2月生)	28 木	9:45～10:00	緑保健福祉センター
遊びの教室	7 木	9:30～(予約制)	
発達支援相談	7 木	13:30～(予約制)	

● いずみ会リーダー養成講座

内容	日曜日	時間	場所
食生活改善推進リーダー養成(要予約)	8 金	10:00～	松帆活性化センター

● 献血

日曜日	受付時間	場所
14 木	11:30～16:00	緑保健福祉センター
19 火	11:30～16:00	三原公民館

● 阿波踊り体操(いずみ会主催)

内容	日曜日	時間	場所
阿波踊り体操	6 水 20 水 27 水	10:00～	緑保健福祉センター

※上記教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎44-3004)まで

時間外診療病院

曜日	病院名	曜日	病院名
月	平成病院	木	翠鳳第一病院
火	平成病院	金	中林病院
水	八木病院	土	翠鳳第一病院
水	中林病院	平日18:00～23:00	
水	南淡路病院	土曜13:00～23:00	

休日応急診療所(広域消防南淡分署 53-1536)

診察日	9:00～16:30	19:00～22:30
7月3日(日)	横山龍治 医師	日笠久美 医師
7月10日(日)	斉藤雅文 医師	橋田友孝 医師
7月17日(日)	柴田亮平 医師	福田郁夫 医師
7月18日(月)	高田育明 医師	前田昌己 医師
7月24日(日)	穀内純江 医師	福原正博 医師
7月31日(日)	鈴木俊示 医師	真野雅文 医師

休日小児救急診療(県立淡路病院)

診察日	担当医師	備考
7月3日(日)	富本康仁 医師	
7月10日(日)	奥村 司 医師	受診前に電話をおかけください。 ☎23-2700
7月17日(日)	大橋 明 医師	担当医は都合により変更になることもあります。
7月18日(月)	平山 毅 医師	
7月24日(日)	植村幹二郎 医師	
7月31日(日)	田中一宏 医師	

● 元気はつらつ教室

内容	日曜日	時間	場所
ヨーガ、お楽しみ喫茶	7 木	13:00～	南淡福祉保健センター

● いきいき百歳体操モデル事業

内容	日曜日	時間	場所
筋力運動(足腰が弱ってき たと感じる人などが対象)	21 木 28 木	13:15～	南淡福祉保健センター

※上記教室のお問い合わせは、地域包括支援センター

(☎44-3006)まで

足腰ピンシャ教室同好会

～楽しく身体を動かしてみませんか?～

概ね65歳以上の人が参加できます。途中からの参加も歓迎します。※7～11月までの全10回を予定

場所 ①西淡保健センター②南淡福祉保健センター

初回日程 ①7月8日(金)②7月22日(金)

時間 ①午前10時～②午後2時～

参加費 2,000円～3,000円程度

持ち物 飲み物、タオル、運動しやすい靴・服装

申込方法 直接会場へお越しください

☎地域包括支援センター☎44-3006

定期予防接種の対象時期の緩和

◆麻しん風しん(第4期)予防接種

麻しん風しん(第4期)予防接種は、新たに平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの人のうち、修学旅行や学校行事としての研修旅行で海外に行く人が接種できるようにしました。希望者は健康課まで連絡ください。

◆日本脳炎の定期予防接種(第1期)

5月20日より、日本脳炎ワクチン接種の動員差し控えによって接種できなかった第1期の不足分(1回から3回)を20歳未満の間に接種ができるようになりました。特に、平成13～18年度生まれ(年中相当～小学4年生)の子どもは、1期接種が終わっていないことがあります。対象者には順次接種のご案内をお送りします。平成19年度生まれ以降の人は通常のスケジュールで接種してください。第2期の積極的な勧奨は今後検討されることになっているため、通知を見合わせています。

☎健康課☎44-3004

◆がん検診は、会社等で検診を実施していない場合のみ受診可能です
◆特定の年齢の人にがん検診無料クーポン券(大腸がん、乳がん、子宮頸がん、肝炎ウイルス)を配布済です。当日ご持参ください

③ 40～74歳の被扶養者の特定健康診査(40～74歳)は、市と契約をかわした医療保険者のみ受診できます。お勤め先にご確認ください。医療保険者より発行される特定健康診査用受診券がない場合、全額自己負担となります。

◆がん検診は、会社等で検診を実施していない場合のみ受診可能です

◆特定の年齢の人にがん検診無料クーポン券(大腸がん、乳がん、子宮頸がん、肝炎ウイルス)を配布済です。当日ご持参ください

町ぐるみ健診では、身体計測(身長・体重・腹囲)や血圧測定、問診、尿検査、血液検査、がん検診などを行い生活習慣病の危険性を調べます。町ぐるみ健診に行くまでに持ち物のご確認をお願いします。

健診までにチェック

- ① 受診票(問診票)
- ② 予約票 受診日時・健診場所・受診項目表示
- ③ 特定健康診査用受診券(40歳～74歳、南あわじ市国民健康保険の人も必要)
- ④ 医療保険証
- ⑤ 自己負担金

受診時の注意事項

① **全額自己負担になる人**
医療保険未加入者や特定健康診査用受診券が発行されていない人は、特定健康診査は全額自己負担(65歳以下は5,250円、66歳以上は3,875円)です。

② **従業員本人**
職場健診を受けてください。

③ **40～74歳の被扶養者の人**
被扶養者の特定健康診査(40～74歳)は、市と契約をかわした医療保険者のみ受診できます。お勤め先にご確認ください。医療保険者より発行される特定健康診査用受診券がない場合、全額自己負担となります。

年1回の健診で1年間の安心を町ぐるみ健診が始まりました

7月1日から「町ぐるみ健診」が始まります。何より大切な命と健康。年に1度の健診で向き合うことがあなたと家族の幸せにつながっています。年1回は健診を受け、健康を確認しましょう。町ぐるみ健診は予約制となります。まだ、申し込みされていない人は、至急、健康課までご連絡ください。

☎健康課☎44-3004

健診の日程表

※午前中のみ健診の日があります

7月	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

○ = 子宮がん検診 □ = 午前中のみ健診

■ … 西淡保健センター
■ … 南淡福祉保健センター
■ … 三原保健センター

8月

◆ 緑保健福祉センター
8月3日～6日、8日
※子宮がん検診 = 8月3日、6日
※午前中のみ健診 = 8月4日、8日

9月

◆ 南淡福祉保健センター
9月2日～3日、5日
※子宮がん検診 = 9月3日、5日

検診項目	申込者数	健診申込者数(概算)	
肺がん検診	8,775人	19歳～39歳	1,296人
胃がん検診	4,434人	40歳～74歳 (内国保加入者)	6,128人 (4,414人)
歯周疾患・口腔がん検診	2,076人		
大腸がん検診	6,764人	75歳以上	1,442人
乳がん検診	1,442人		

▲平成23年5月31日現在の数字です



【お詫び】
町ぐるみ健診をお申し込みの人に予約票を送付しております。その中で、大腸がん検診の料金表示が間違っておりました。1,200円となっておりますが、正しくは500円です。