

2月の健康カレンダー

●健康相談

内容	日	曜日	時間	場所
生活習慣病相談、栄養相談、血糖測定、尿検査、血圧測定、体脂肪測定など	4	月	9:00～11:00	三原保健センター
	6	水	〃	緑保健福祉センター
	18	月	〃	西淡保健センター
	25	月	〃	南淡福祉保健センター

●介護予防健康相談

内容	日	曜日	時間	場所
生活習慣病、介護予防の相談など	28	木	9:30～11:00	仁尾荘

●個別健康教室

内容	日	曜日	時間	場所
糖尿病予防教室 月1回6か月コース。軽症糖尿病患者で64歳までの方を対象（要予約）	13	水	9:00～16:00	南淡福祉保健センター
	25	月	8:50～16:30	三原保健センター

●運動教室

内容	日	曜日	時間	場所
エアロビクス・ストレッチ体操。64歳までの方を対象（要予約）	12	火	13:30～15:00	南淡福祉保健センター
	18	月	〃	緑保健福祉センター

●愛育班活動

内容	日	曜日	時間	場所
愛育班活動	21	木	9:30～12:00	沼島総合センター

●乳幼児健康カレンダー

()は対象者

内容	日	曜日	受付時間	場所
強い歯・幼児フッ素塗布 (平成16年11月・17年5月生)	5	火	13:00～13:15	緑保健福祉センター
2歳児歯科健診 (平成17年11月生)	19	火	13:00～13:15	
母親学級	14	木	13:15～13:30	
遊びの教室	21	木	〃	
発達支援相談	28	木	9:30～10:00	西淡保健センター
育児相談 (平成18年12月生) (平成19年7月生)	6	水	13:00～13:15	
	13	水	〃	
	20	水	〃	
3歳児健康診査 (平成17年1月生)	15	金	12:30～12:45	南淡福祉保健センター
1歳6か月児健康診査 (平成18年7月生)	1	金	12:30～12:45	
10か月児健康診査 (平成19年4月生)	8	金	12:30～12:45	
4か月児健康診査 (平成19年10月生)	22	金	12:30～12:45	
食育講座 (平成19年9月生)	26	火	9:45～10:00	西淡保健センター

●献血

日	曜日	受付時間	場所
19	火	14:30～16:30	南淡福祉保健センター



※「足腰ピンシャン教室」、「お達者教室」、「リハビリ教室」のお問い合わせは、包括支援センター ☎44-3006 まで。それ以外は健康課 ☎44-3004 へ。
※健康カレンダーは南あわじ市ホームページの「イベントカレンダー」からでもご覧いただけます。アドレスは、<http://www.city.minamiawaji.hyogo.jp/>

●A型リハビリ教室

内容	日	曜日	時間	場所
64歳までの機能訓練を必要とされる方を対象（要予約）	13	水	13:30～15:30	西淡保健センター
	27	水	〃	緑保健福祉センター

●いきいき教室

内容	日	曜日	時間	場所
介護予防の体操・講話など 65歳以上の方を対象	4	月	9:30～11:00	南淡福祉保健センター
	7	木	〃	西淡保健センター
	12	火	13:30～15:00	緑保健福祉センター
	18	月	〃	三原保健センター
	21	木	13:00～15:00	沼島総合センター

●転倒予防教室

内容	日	曜日	時間	場所
足腰を鍛える体操など。65歳以上の方を対象（要予約）	4	月	13:30～15:00	三原保健センター
	7	木	〃	西淡保健センター

●リハビリ教室

内容	日	曜日	時間	場所
転倒予防を含めた足腰の運動 65歳以上の方を対象（要予約）	12	火	9:30～11:00	南淡福祉保健センター
	12	火	13:30～15:00	三原保健センター
	14	木	10:00～11:30	緑保健福祉センター
	14	木	13:30～15:00	西淡保健センター
	26	火	9:30～11:00	南淡福祉保健センター
	26	火	13:30～15:00	三原保健センター
	28	木	10:00～11:30	緑保健福祉センター
	28	木	13:30～15:00	西淡保健センター

●栄養教室

内容	日	曜日	時間	場所
男の料理教室	5	火	9:30～12:00	三原保健センター

●ヘルスアップ支援事業

内容	日	曜日	時間	場所
運動教室・栄養教室・講座（要予約）	4	月	9:00～12:00	南淡福祉保健センター
	4	月	〃	西淡保健センター
	4	月	12:30～15:30	緑保健福祉センター
	18	月	9:00～12:00	南淡福祉保健センター
	18	月	〃	西淡保健センター
	18	月	12:30～15:30	緑保健福祉センター
	18	月	12:30～15:30	緑保健福祉センター
	25	月	10:00～12:00	緑保健福祉センター

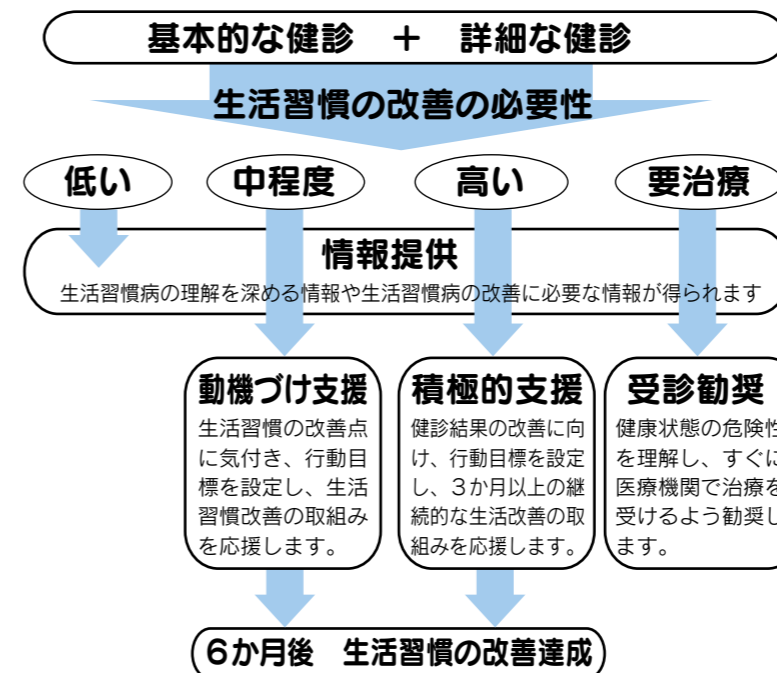
●足腰ピンシャン教室

内容	日	曜日	時間	場所
介護予防のための運動教室（筋力向上トレーニング、リズム体操など） 65歳以上の方を対象（要予約）	1	金	9:30～11:30	さんゆー館
	1	金	13:30～15:30	西淡公民館
	8	金	9:30～11:30	緑保健福祉センター
	8	金	13:30～15:30	南淡福祉保健センター
	15	金	9:30～11:30	さんゆー館
	15	金	13:30～15:30	西淡公民館
	22	金	9:30～11:30	緑保健福祉センター
	22	金	13:30～15:30	南淡福祉保健センター

●お達者教室

内容	日	曜日	時間	場所
介護予防のための講座（認知症予防、お口の健康、食事など） 65歳以上の方を対象（要予約）	6	水	9:30～11:30	西淡保健センター
	6	水	13:30～15:30	緑保健福祉センター
	18	月	〃	南淡福祉保健センター
	19	火	9:30～11:30	三原保健センター
	19	火	9:30～11:30	三原保健センター

特定健康診査・特定保健指導の流れ



健康診査のしくみが変わります

40歳から74歳までのすべての人が対象となります。

実施主体は、皆さんが加入している医療保険者（政府管掌健康保険・共済組合・国民健康保険等）に基づき、特定健康診査・特定保健指導が行われます。（図）

※平成20年度に実施する南あわじ市国民健康保険に加入している方への特定健康診査・特定保健指導については、詳細が決まり次第広報等でお知らせします。

※特定健康診査以外のがん検診等については、会社等で検診を実施していない場合のみ、今までどおり市で受診することができます。

※19歳から39歳までの方と75歳以上の方の健康診査（血液検査等）については、引き続き市で受診することができます。

※健診体制の変更により、南あわじ市人間ドック助成金交付事業を、20年4月1日から廃止します。

健康課 ☎44・3004

■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
2月3日（日）	福原正博 医師	真野博文 医師
2月10日（日）	前田昌己 医師	宮崎美枝 医師
2月11日（月）	真野博文 医師	村野謙一 医師
2月17日（日）	宮崎美枝 医師	浦瀬 巖 医師
2月24日（日）	野村謙一 医師	大鐘稔彦 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
2月3日（日）	田中一宏 医師	受診前に電話をおかけください ☎23-2700
2月10日（日）	富本康仁 医師	
2月11日（月）	奥村 司 医師	担当医師は都合により変更になることもあります。
2月17日（日）	大橋 明 医師	
2月24日（日）	村上龍助 医師	

■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
	八木病院	土	翠鳳第一病院
水	中林病院	●平日	18:00～23:00
	南淡路病院	●土曜日	13:00～23:00

いきいき健康生活

健康課 ☎44-3004

