

11月の健康カレンダー

緑保健福祉センター ☎ 44-3009

日曜日	内 容	受付時間	場 所
2 水	いきいき教室	13:30~15:30	緑保健福祉センター
4 金	庄田老人クラブ健康相談	13:30~15:00	庄田公会堂
7 月	成人健康相談	9:00~11:30	緑老人福祉センター
	ダンベル体操&エアロビクス教室	13:30~15:00	
8 火	足元げんき教室(午前クラス)	9:30~11:30	緑保健福祉センター
	足元げんき教室(午後クラス)	13:30~15:30	
9 水	リハビリ教室	13:30~15:00	
11 金	長田老人クラブ健康相談	13:30~15:00	安心コミュニティプラザ長田
14 月	成人健康相談	9:00~11:30	しづおり館
15 火	安住寺老人クラブ健康相談	13:30~15:00	安住寺集落センター
16 水	いきいき教室	13:30~15:30	
21 月	糖尿病相談	9:00~11:30	緑保健福祉センター
	ダンベル体操&エアロビクス教室	13:30~15:00	
22 火	足元げんき教室(午前クラス)	9:30~11:30	緑保健福祉センター
	足元げんき教室(午後クラス)	13:30~15:30	
28 月	徳中老人クラブ健康相談	13:30~15:00	徳原公会堂
29 火	中筋老人クラブ健康相談	13:30~15:00	中筋公会堂

三原保健センター ☎ 43-5039

日曜日	内 容	受付時間	場 所
7 月	健康相談	9:00~11:00	三原保健センター
	転ばぬ教室 リハビリ教室	13:30	
10 木	体ほぐし体操教室	14:15	
15 火	食生活改善教室&男の料理教室	10:00	
21 月	健康相談	9:00~11:00	三原保健センター
	お達者教室	12:30	
24 木	体ほぐし体操教室	14:15	
28 月	個別健康教室(ヘルスアップ教室)	9:00	

西淡保健センター ☎ 37-3029

日曜日	内 容	受付時間	場 所
2 水	健康相談	13:30~15:00	湯の川荘
7 月	〃	13:30~15:00	西淡保健センター
9 水	簡単・おいしいお菓子教室	10:00~12:00	松帆活性化センター
	リハビリ教室	13:30~16:00	
10 木	健康相談	10:00~11:00	万松園
17 木	健康大学	10:00~11:00	
21 月	ヘルシースリム教室	13:30~15:00	西淡保健センター
30 水	ザ☆男の料理教室	10:00~12:00	松帆活性化センター
	訪問リハビリ	13:30~15:00	

南淡福祉保健センター ☎ 50-2122

日曜日	内 容	受付時間	場 所
2 水	住民健康相談	9:30~11:00	南淡福祉保健センター
7 月	老人いきいき教室	9:30~11:00	
8 火	糖尿病相談	9:30~11:00	南淡福祉保健センター
	ダンベル教室	13:30~15:00	
10 木	住民健康相談	9:30~11:00	南淡福祉保健センター
	ヘルシークッキング教室	9:30~12:00	
14 月	リハビリ教室	13:30~15:30	阿万公民館
15 火	住民健康相談	9:30~11:00	阿万公民館
17 木	沼島いきいき教室	9:30~11:00	沼島総合センター
	愛育班研修会	9:30~11:00	
21 月	男の料理教室	9:30~11:00	南淡福祉保健センター
	リハビリ教室	13:30~15:30	
24 木	住民健康相談	9:30~11:00	仁尾荘
25 金	訪問リハビリテーション	16:00~17:00	阿万地区

母子健康カレンダー ()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14年8月・15年2月生)	1 火	13:15~13:30	緑保健福祉センター
2歳児歯科健診 (平成15年8月生)	4 金	13:15~13:30	
母親学級(後期) コアラ教室	10 木 24 木	13:30~14:00 9:30~11:00	
育児相談 (平成16年9月生・平成17年4月生)	2 水	13:30~14:30	三原保健センター
	14 月	〃	緑保健福祉センター
	14 月	〃	西淡保健センター
	28 月	〃	南淡福祉保健センター
3歳児健康診査 (平成14年9月・10月生)	8 火	13:30~13:45	西淡保健センター
	9 水	〃	三原保健センター
	11 金	〃	南淡福祉保健センター
10か月児健康診査 (平成17年1月生)	15 火	13:30~13:45	西淡保健センター
	16 水	〃	三原保健センター
	18 金	〃	南淡福祉保健センター
4か月児健康診査 (平成17年7月生)	22 火	13:30~13:45	緑保健福祉センター
	25 金 30 水	〃	南淡福祉保健センター 三原保健センター

※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/>

ポリオ予防接種のお知らせ 健康課 ☎ 44-3004

- 対象 平成16年8月~17年7月生まれ及び7歳6か月未満の未接種者
- 受付時間 各日とも13:15~14:00

日曜日	対象地域	場 所
2 水	福良・賀集・灘・沼島	南淡福祉保健センター
9 水	潮美台・北阿万・阿万	
10 木	西淡地区全域	西淡保健センター
11 金	榎列・市・倭文	三原保健センター
17 木	八木・神代・志知	
29 火	緑地区全域	緑保健福祉センター

■時間外診療病院

曜日	病 院 名	曜日	病 院 名
月	平成病院 ☎42-5335	木	翠鳳第一病院 ☎45-0099
火	平成病院 ☎42-5335	金	中林病院 ☎42-6200
	八木病院 ☎42-6188	土	翠鳳第一病院 ☎45-0099
水	中林病院 ☎42-6200	●平日は午後6時から午後11時まで ●土曜日は午後1時から午後11時まで	
	南淡路病院 ☎53-1553		

あなたの乳がん危険度チェック!!

初潮が12歳以前である

閉経は50歳以降である

出産経験がない

初産が35歳以上である

母親、姉妹、祖母に乳がんになった人がいる

女性ホルモン剤を使用したことがある

乳腺疾患(乳腺種、乳腺炎など)と診断されたことがある

肥満である(閉経後)

乳がん検診を受けたことがない

あてはまる項目にチェックをしてください。

チェック項目が多いほど危険度が高いので積極的に検診を受けるようにしましょう

乳がん検診は、今年度より七月から十二月の期間に受託医療機関にて受診する個別検診となりました。また、受診に予約し、受診されるようお願いいたします。また、今年度の

検査対象者で申し込みをされていない方は最寄りの保健センターへお申し込みください。

①受付期限 十一月三十日
②検診期限 十二月
③対象者 四十歳以上(平成十八年四月一日現在)の偶

- ④ 受診間隔 二年に一回
- ⑤ 受診場所 受託医療機関(詳細は別途通知)
- ⑥ 検診方法 マンモグラフィ(乳房専用のX線撮影)、視触診、問診
- ⑦ 料金 自己負担金二千六百円 ※検診当日、医療機関の窓口でお支払いください。
- ⑧ 持ち物 乳がん検診受診票(申し込み者に送付)、負担金
- ⑨ 申し込み 最寄りの保健センターまで

乳がん検診は受診されましたか? 予約は11月30日まで!

いきいき健康生活

- 緑保健福祉センター ☎ 44-3009
- 西淡保健センター ☎ 37-3029
- 三原保健センター ☎ 43-5039
- 南淡福祉保健センター ☎ 50-2122



乳がん検診精密検査については、痛みなどの症状がないうちに受診しましょう。

■休日小児救急診療(県立淡路病院)

診察日	担当医師
11月3日(木)	富本康仁 医師
11月6日(日)	田中一宏 医師
11月13日(日)	坂口実奈子 医師
11月20日(日)	奥村司 医師
11月23日(水)	大橋明 医師
11月27日(日)	村上龍助 医師

※受診前に電話をおかけください(☎23-2700)
※担当医は都合により変更になることもあります

■休日応急診療所(広域消防南淡分署 ☎53-1536)

診察日	9:00~16:30	(夜)19:00~22:30
11月3日(木)	真野博文 医師	平山毅 医師
11月6日(日)	宮崎美枝 医師	畑田卓也 医師
11月13日(日)	村野謙一 医師	福田郁夫 医師
11月20日(日)	穀内勇夫 医師	斉藤雅文 医師
11月23日(水)	柴田亮平 医師	田中一宏 医師
11月27日(日)	高田育明 医師	富本喜文 医師