

3月の健康カレンダー

● 健康相談・個別健康教室

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	3 月	9:00 ~ 10:30	三原保健センター
	10 月		緑保健福祉センター
	17 月		西淡保健センター
	24 月		南淡福祉保健センター

● 愛育班活動

内容	日 曜日	場所
愛育班活動	20 木	沼島総合センター

● 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	20 木	13:15 ~ 13:30	
4か月児健康診査 (25年11月生)	25 火	12:30 ~ 13:00	
10か月児健康診査 (25年5月生)	18 火	12:30 ~ 13:00	
1歳6か月児健康診査 (24年8月生)	4 火	12:30 ~ 13:00	緑保健福祉センター
2歳児歯科健診 (23年12月生)	14 金	13:00 ~ 13:30	
3歳児健康診査 (23年2月生)	11 火	12:30 ~ 13:00	
強い歯大好き健診 (22年12月・23年6月生)	7 金	13:00 ~ 13:30	
育児相談 (25年1月生)	6 木	13:00 ~ 14:00	南淡福祉保健センター
(25年8月生)	12 水		西淡保健センター
	19 水		緑保健福祉センター
食育講座赤ちゃん栄養サロン (25年10月生)	26 水		三原保健センター
遊びの教室(予約制)	27 木	9:45 ~ 10:00	
発達支援相談(予約制)	13 木	9:30 ~ 9:45	緑保健福祉センター
	13 木	13:30 ~	

● 献血

日 曜日	受付時間	場所
19 水	11:30 ~ 16:00	三原公民館



※各種教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎44-3004)まで

時間外診療病院	休日応急診療所 (広域消防南淡分署 ☎53-1536)
月 平成病院	診察日 9:00 ~ 11:30 13:00 ~ 16:30 19:00 ~ 22:30
火 平成病院 八木病院	2日(日) 鈴木俊示 医師 西口 弘 医師
水 中林病院 南淡路病院	9日(日) 富本喜文 医師 友清龍一郎 医師
木 翠鳳第一病院	16日(日) 友清龍一郎 医師 日笠久美 医師
金 中林病院	21日(金) 日笠久美 医師 橋田友孝 医師
土 翠鳳第一病院	23日(日) 橋田友孝 医師 福田郁夫 医師
平日18:00~23:00 土曜13:00~23:00	30日(日) 福田郁夫 医師 富本喜文 医師

● 特定保健指導 (Y K 教室) ※要予約

内容	日 曜日	時間	場所
「健診結果をみて自分の生活を振りかえろう」 体重・腹囲・血圧測定(市国保で特定保健指導対象者)	25 火	9:00 ~ 11:00	三原保健センター

● 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	5 水 19 水	10:00 ~	緑保健福祉センター

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あえる場です。
日時 3月12日(水) 14:00~15:00
場所 三原公民館
☎地域包括支援センター ☎44-3006

成人等風しん予防接種費用助成の申請期限

成人等風しん予防接種費用助成の申請期限は、平成26年4月15日までとなっています。助成対象期間は平成25年4月1日~平成26年3月31日までの接種分です。申請窓口は健康課です。
☎健康課 ☎44-3004

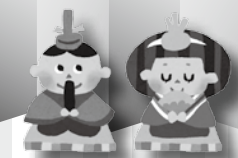
小児救急医療

◆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、島内医師が輪番で小児夜間救急診療を行っています。電話センターへ電話していただくと看護師が症状を聞き、必要な時は当日の担当医療機関を紹介します。
☎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・年末年始の午前9時~午後5時までの間、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、救急患者に対応しています。
☎洲本応急診療所 ☎24-6340

20歳を過ぎたら子宮頸がん検診

~自分のため、大切な人のために子宮頸がん検診をぜひ受けてください~



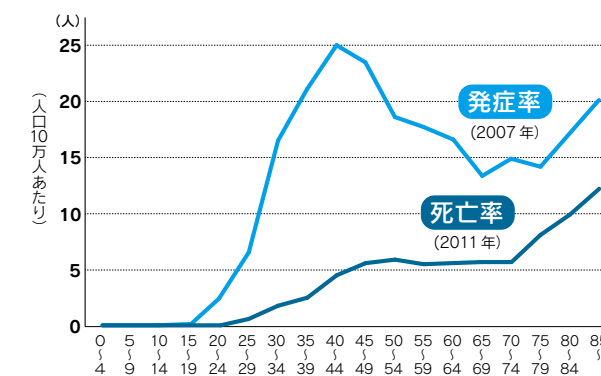
子宮頸がんは子宮の入り口付近にできるがんです。女性なら誰でもかかる可能性のある病気ですが、原因やがんになる過程がほぼ解明されている予防ができるがんといわれています。子宮頸がんは早期の段階では自覚症状がほとんどありません。早期にがんを見つけるためには、検診を受けるのが最善の方法です。

Q. 20代、30代なんかまだ若いし、がん検診は関係ないんじゃないの?

A. 近年、35歳をピークに20~40歳の日本女性で子宮頸がんの発病や死亡が増えています。ただ、早期のうちに治療すれば完治しやすく、妊娠・出産にも大きな影響はありません。20歳を過ぎたら、2年に1度は検診を受けることが非常に大切です! 「自分のため」もちろんですが、「大切な人」へ子宮頸がん検診を受けるよう勧めてください。

子宮頸がんの年齢別発症率/死亡率

※年間約3,500人、1日に10人の女性が死亡しています



(出典:国立がん研究センターがん対策情報センター)

Q. 子宮頸がん検診はどんな検査?

A. 検査時間は10~15分ほどです。
1. 医師による診察(内診)
2. 細胞診...大きめの綿棒またはブラシで子宮の入り口を軽くこすって、細胞を採取します。
3. 採取した細胞の検査結果と診察時の所見を併せて、後日結果がわかります。

Q. 子宮頸がん検診はどこで受けられるの?

A. 医療機関(婦人科)や市で実施している町ぐるみ健診会場で受けることができます。市の検診は、6~9月に実施する町ぐるみ健診時に、検診車の中で実施します。対象者等詳細については、4月上旬に各世帯に郵送する町ぐるみ健診申込書でご確認ください。

