

10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、血圧測定など	14	水	9:00～10:30 13:00～14:30	市役所本館 1階

● 乳幼児健康カレンダー () は対象

内容	日	曜日	受付時間	場所
4カ月児健康診査 (R2年6月生)	23	金		
10カ月児健康診査 (R1年12月生)	16	金		
1歳6カ月児健康診査 (H31年3月生)	6	火		
2歳児歯科健診 (H30年3月生)	21	水		
3歳児健康診査 (H29年6月生)	9	金		
就学前5歳児健康診査 (H27年10月生)	19	月		
育児相談 (R2年3月生)	26	月		
食育講座赤ちゃん栄養サロン(予約制) (R2年5月生)	27	火		
遊びの教室(予約制)	1	木		
発達支援相談(予約制)	8	木		
	1	木		

対象者に案内します。
南あわじ市
保健センター

● 阿波踊り体操 (いずみ会主催) 1回 100円

内容	日	曜日	時間	場所
阿波踊り体操	7	水	10:00～	南あわじ市 保健センター
	21	水		

※各種教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎43-5218)まで

時間外診療病院	休日応急診療所(買集地区公民館☎53-1536)
月 平成病院	診察日 9:00～11:30 13:00～16:30 18:00～21:30
火 平成病院 八木病院	4日(日) 南 辰也 医師 高田育明 医師
水 中林病院 南淡路病院	11日(日) 福原正博 医師 穀内純江 医師
木 翠鳳第一病院	18日(日) 齊藤雅文 医師 森 大樹 医師
金 中林病院	25日(日) 宮崎美枝 医師 鈴木俊示 医師
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

※発熱による受診の場合は、事前に電話をお願いします

※教室・相談は、中止や延期場合があります。詳しくは各担当課にお問合せいただくか、二次元コードから市ホームページをご確認ください。



● 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話し合える場

日	曜日	受付時間	場所
14	水	14:00～15:00	中央公民館2階

● スマイル(認知症)カフェ ☕※申込不要

認知症の人とそのご家族、地域の人誰もが集える場

日	曜日	受付時間	場所
22	木	14:00～16:00	いちばん星 (市福永572)

※詳しくは、地域包括支援センター(☎43-5237)まで

● こころやすらぐひろば ※申込不要

精神疾患を抱える人とそのご家族らの交流を深める広場

日	曜日	受付時間	場所
25	日	13:00～16:00	いちばん星 (市福永572)

● 家族教室 ※申込不要

精神疾患を抱える人のご家族らが交流を深める場

日	曜日	受付時間	場所
14	水	14:00～16:00	いちばん星 (市福永572)

※詳しくは、福祉課(☎43-5216)まで

町ぐるみ健診の日程の延期について

感染症対策のため、6月～9月に予定していた「町ぐるみ健診」を1月以降に延期することになりました。申込者には、12月に受診票を送付します。

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

※このサービスの通話は、お客様対応の品質向上のために録音させていただきます

◆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。予約は不要です。

受付時間 9:00～11:30、13:00～16:30
☎洲本応急診療所☎ 24-6340

スマホ・スマートウォッチを使って健康管理しませんか？

☎健康課☎43-5218

健康管理の一環として、睡眠時間や歩数を自動計測するスマートウォッチを市より無料で貸し出します。また、食事内容や体の状況を入力して健康状態が把握できるスマートフォンのアプリをダウンロードすることで、AIによるアドバイスを受けられるサービスを行います。

この機会に自身の生活習慣を見直し、健康を手に入れませんか？



対象者

南あわじ市国保に加入している50歳以上74歳未満の人でスマートフォンをお持ちの人

先着
50人

※5年以上前に発売されたシニア向けスマートフォンは不可

実施期間

10月中旬～12月中旬

申込締切

10月9日(金)

説明会(要予約)

日 時 10月10日(土)
▶午前の部 10:00～
▶午後の部 14:00～、17:00～

場 所 市役所本館3階 304・305会議室

持ち物 ご自身のスマートフォン

参加の流れ

1 健康課へ電話などで申込み



2 スマホ・スマートウォッチについての説明会に参加

- ・利用するアプリをダウンロードしていただきます
- ・スマートウォッチを配布します

※できるだけ説明会のご参加をお願いします。ご都合が悪い場合は、申込み時にご連絡ください



3 健康管理スタート



ロタウイルスワクチン定期予防接種について

乳幼児における急性胃腸炎の主な原因で、おう吐、激しい下痢、発熱などの症状を引き起こし、感染力が非常に強いロタウイルスについて、令和2年10月より定期予防接種の対象となります。



助成対象者

南あわじ市に住所を有する令和2年8月1日以降に生まれた人で、生後6週に至った日の翌日～生後24週または32週に至る日の翌日までにある人(接種ワクチンの種類により対象年齢、接種回数が異なります)

自己負担額 無料

助成による接種方法

予防接種希望者は、個別予防接種委託医療機関に事前に電話連絡し、ロタウイルスワクチン予防接種予診票と母子健康手帳を持参のうえ10月より接種を受けてください。

新型コロナウイルスに関する医療相談窓口

- ①兵庫県 新型コロナ健康相談コールセンター☎ 078-362-9980 (受付時間: 24時間)
- ②洲本健康福祉事務所(帰国者・接触者相談センター)☎ 26-2062 (受付時間: 平日の午前9時～午後5時30分)