

1月の健康カレンダー

● 献血

日	曜日	受付時間	場所
6	金	10:10~11:45 13:00~16:00	市役所本館

● 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、こころの相談など	17	火	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

内容	日	曜日	場所
4カ月児健康診査 (R4年9月生)	27	金	
食育講座赤ちゃん栄養サロン (予約制) (R4年8月生)	26	木	
育児相談 (R4年6月生)	24	火	
10カ月児健康診査 (R4年3月生)	20	金	南あわじ市保健センター
1歳6カ月児健康診査 (R3年6月生)	10	火	
2歳児育児相談 (R2年6月生)	11	水	※受付時間等は対象者に案内します
3歳児健康診査 (R1年8月生)	13	金	
就学前5歳児健康診査 (H30年1月生)	16	月	
遊びの教室 (予約制)	5	木	
	12	木	
発達支援相談 (予約制)	5	木	

● 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	11	水	10:00~	広田地区公民館

※各種教室・相談のお問合せは、健康課(☎43-5218)まで

時間外診療病院	休日応急診療所 (真集地区公民館横 ☎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	1日(日) 鈴木俊示 医師 穀内勇夫 医師
水 中林病院 南淡路病院	2日(月) 富本喜文 医師 西口 弘 医師
木 翠鳳第一病院	3日(火) 友清龍一郎 医師 守本圭希 医師
金 中林病院	8日(日) 富本喜文 医師 瀧川 卓 医師
土 翠鳳第一病院	9日(月) 畑田卓也 医師 富本喜文 医師
	15日(日) 西口 弘 医師 友清龍一郎 医師
	22日(日) 横山龍治 医師 日笠久美 医師
	29日(日) 守本圭希 医師 橋田友孝 医師

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
※新型コロナウイルスの検査はできません

※教室・相談は、中止や延期の場合があります。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
11	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
26	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
開催日時のみオンラインによる相談も実施(福祉課に事前予約必要)

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

● ぴあっとふくら ※申込不要

精神疾患を抱える人が仲間と集える場

日	曜日	受付時間	場所
23	月	13:30~15:00	福良地区公民館

※詳しくは、福祉課(☎43-5216)まで

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(受付は午前5時40分)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

※通話はお客対応の品質向上のため録音しています

◆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

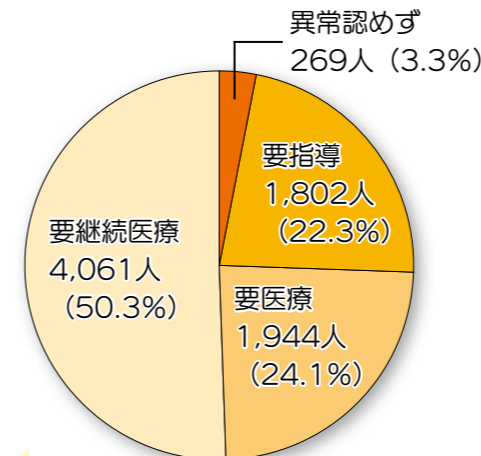
健診結果を活用し、健やかな未来をつくりましょう

~令和4年度町ぐるみ健診集計結果~

健康課 ☎43-5218

総受診者数 9,305人 (男性3,726人 女性5,579人)
特定基本健診受診者数 8,076人 (男性3,320人 女性4,756人)

■ 特定基本健診判定結果



健診受診者のうち、異常を認めなかった人は3.3%。あとの96.7%の人は、生活習慣の見直しや医療機関の受診が必要と判定されています。

■ メタボ判定

(特定基本健診受診者は19~79歳の男性2,501人、女性3,830人)

	メタボ	メタボ予備群
男性	567人 (22.7%)	365人 (14.6%)
女性	202人 (5.3%)	128人 (3.3%)
全体	769人 (12.1%)	493人 (7.8%)

メタボリックシンドロームは男性の割合が高くなっています。メタボと判定された場合は、内臓脂肪を減らすことが大切です。

■ 項目別の「異常あり」の割合

(「異常あり」とは、要指導、要医療、要継続医療のいずれかであった人)

項目	受診人数	異常あり
血圧	6,746人	3,887人 (57.6%)
血液脂質	6,743人	4,995人 (74.1%)
心電図	1,659人	650人 (39.2%)
眼底	1,529人	121人 (7.9%)
糖尿病	6,743人	3,161人 (46.9%)
尿酸	6,503人	696人 (13.9%)
貧血	1,535人	518人 (33.7%)
肝臓	6,743人	1,454人 (21.6%)
腎臓	6,746人	2,464人 (36.5%)

動脈硬化の原因である血圧・脂質に異常がある人の割合が高くなっています。



健診結果に異常が見られた場合、自覚症状がないからと言って放置していると、いつか病気として現れる恐れがあります。健診結果をよく確認し、生活習慣の改善に役立てましょう。

健康課では毎月1回、健康相談を開催しています。保健師や栄養士が生活習慣の改善のための支援を行っていますので、ぜひご利用ください。開催日は健康カレンダーでご確認ください。

発熱等があれば、まずは電話で相談を

発熱等の症状があるなど、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの疑いがある場合、まずはかかりつけ医等に電話で相談してください。かかりつけ医等がなく、相談先に迷う場合は、次の窓口へ相談してください。



新型コロナウイルスに関する医療相談窓口 (発熱等受診・相談センター)

- 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: 土日祝日含む24時間)
- ②洲本健康福祉事務所 (健康管理課) ☎26-2062 (受付時間: 平日の午前9時~午後5時30分)