

10月の健康カレンダー

● 献血

日	曜日	受付時間	場所
10	火	11:30～16:00	福良地区公民館

● 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 (R5年6月生)	27	金	南あわじ市保健センター
食育講座赤ちゃん栄養サロン (予約制) (R5年5月生)	26	木	子育て学習・支援センター
育児相談 (R5年3月生)	24	火	
10カ月児健康診査 (R4年12月生)	20	金	
1歳6カ月児健康診査 (R4年3月生)	3	火	
2歳児育児相談 (R3年3月生)	11	水	南あわじ市保健センター
3歳児健康診査 (R2年5月生)	13	金	
就学前5歳児健康診査 (H30年10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	

● はじめましてパパ&ママ講座 ※要申込

妊婦とその家族を対象とした講座

内容	日	曜日	場所
前期コース (歯科健診など)	14	土	子育て学習・支援センター
後期コース (赤ちゃんのお世話など)			

※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 (興集地区公民館 ☎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	1日(日) 瀧川 卓 医師 畑田 卓也 医師
水 中林病院 南淡路病院	8日(日) 富本 喜文 医師 齊藤 雅文 医師
木 翠鳳第一病院	9日(月) 平山 毅 医師 柴田 亮平 医師
金 中林病院	15日(日) 齊藤 雅文 医師 高田 育明 医師
土 翠鳳第一病院	22日(日) 柴田 亮平 医師 穀内 純江 医師
	29日(日) 高田 育明 医師 平山 毅 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、地域包括支援室 ☎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
29	日	13:30～16:00	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
4	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 (対象は中学生まで)

◆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

高齢者インフルエンザ予防接種の助成

健康課 ☎43-5218

市では、インフルエンザの発症及び重症化を予防するため、高齢者インフルエンザ予防接種に要する費用の一部を助成します。予防接種を希望する人は医療機関にご相談ください。

対象

- ①接種日に65歳以上の市内在住の人
- ②接種日に60歳以上の市内在住の人で、一定の心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害がある人

接種期間

10月1日～令和6年1月末

自己負担金

1,500円

※医療機関の窓口でお支払いください。ただし、生活保護受給者は自己負担金なし

持参品

健康保険証

※対象②の人は身体障害者手帳も持参

※生活保護受給者は生活保護受給証明書を持参



～インフルエンザ対策をしよう～

- 正しい手洗い
外出先からの帰宅時や食事前などに、石けんで手を洗いましょう。
 - ふだんの健康管理
十分な睡眠とバランスの良い食事で免疫力を高めましょう。
 - 適度な湿度を保つ
乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度を保つことも効果的です。
 - インフルエンザが流行してきたら、人混みや繁華街への外出は控える
 - 予防接種を受ける
発病の可能性を減らすことができ、重症化を予防することができます。
- ★急な高熱、咳やのどの痛み、全身の倦怠感を伴うなどインフルエンザが疑われる症状が出た場合は、早めに医療機関を受診しましょう

南あわじ市乳がん検診

対象者全員に4月上旬 (無料クーポン対象者は5月中旬) に受診票を送付しています。

受診対象者

40歳以上の女性で、令和6年4月1日時点で偶数年齢の人、および41歳の無料クーポン対象の人

日程

令和6年3月30日 (土) まで

検診内容

視触診・マンモグラフィ

検診料金

40歳以上偶数年齢女性 ▶ 1,700円

41歳無料クーポン対象者 ▶ 無料

健康課 ☎43-5218



不妊・不育専門相談

不妊や不育の悩みを持つ人を対象に、巡回による専門相談会を開催します。不妊の悩み、治療の方法や内容、不育症についてなど、妊娠に関する疑問や不安をお気軽にご相談ください。

日程 11月6日 (月)

場所 南あわじ市役所

内容 ①ミニ講話/午後1時30分～2時30分
②個別相談/午後2時30分～4時30分
※個別相談を希望する場合は講話から参加してください

定員 ①20人 ②4人

申込締切 11月1日 (水)

申込み・問合せ先

兵庫県健康増進課 ☎078-362-3250

