

# 1月の健康カレンダー

## ● 献血

日	曜日	受付時間	場所
9	木	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	16	木	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 (R6年9月生)	31	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) (R6年8月生)	23	木	子育て学習・支援センター
育児相談 (R6年6月生)	28	火	
10カ月児健康診査 (R6年3月生)	24	金	
1歳6カ月児健康診査 (R5年6月生)	7	火	
2歳児育児相談・歯科健診 (R4年6月生)	8	水	南あわじ市保健センター
3歳児健康診査 (R3年8月生)	10	金	
就学前5歳児健康診査 (R2年1月生)	20	月	
遊びの教室 (予約制)	9	木	
発達支援相談 (予約制)	9	木	

※受付時間等は対象者に案内します

※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 (賀集地区公民館 ☎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(水) 横山龍治 医師 高田育明 医師
水 中林病院 南淡路病院	2日(木) 守本圭希 医師 穀内純江 医師
木 翠鳳第一病院	3日(金) 瀧川 卓 医師 西口 弘 医師
金 中林病院	5日(日) 村野謙一 医師 柴田亮平 医師
土 翠鳳第一病院	12日(日) 富本喜文 医師 平山 毅 医師
	13日(月) 穀内勇夫 医師 西口 弘 医師
	19日(日) 畑田卓也 医師 守本圭希 医師
	26日(日) 西口 弘 医師 瀧川 卓 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

※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
8	水	14:00~15:00	市地区公民館 2階

## ● スマイル(認知症)カフェ ☕ ※申込不要

認知症の人とご家族、地域の人誰もが集える場  
タッチパネルで簡単にできる物忘れチェック実施中

日	曜日	受付時間	場所
24	金	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
26	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
8	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
27	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

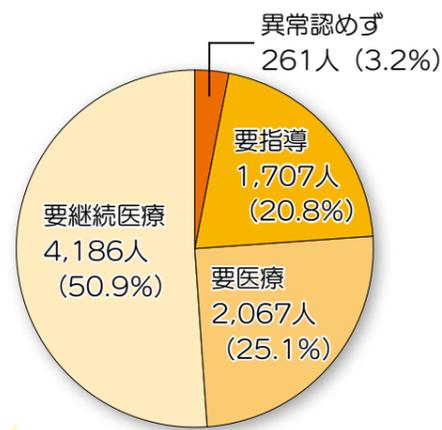
# 健診結果を活用し、健やかな未来をつくりましょう

~令和6年度町ぐるみ健診集計結果~

健康課 ☎43-5218

総受診者数 9,391人 (男性3,767人 女性5,624人)  
基本健診受診者数 8,221人 (男性3,386人 女性4,835人)

## ■ 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3.2%。あとの96.8%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

	メタボ	メタボ予備群
男性	654人 (26.5%)	348人 (14.1%)
女性	248人 (6.7%)	135人 (3.6%)
全体	902人 (14.6%)	483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。

(対象は基本健診受診者 19~75歳の男性 2,465人、女性 3,717人)

## ■ 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	6,894人	4,302人 (62.4%)
血液脂質	6,893人	4,830人 (70.1%)
心電図	1,813人	782人 (43.1%)
眼底	1,773人	182人 (10.3%)
糖尿病	6,894人	3,414人 (49.5%)
尿酸	6,893人	947人 (13.7%)
貧血	1,531人	518人 (33.8%)
肝臓	6,893人	1,498人 (21.7%)
腎臓	6,894人	2,556人 (37.1%)

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。

## 乳がん・子宮頸がんの検診期間 健康課 ☎43-5218

乳がん検診 3月31日(月)まで  
▷対象 40歳以上の偶数年齢および41歳の女性  
▷予約受付 3月7日(金)まで  
※年齢は令和7年4月1日時点

子宮頸がん検診 2月28日(金)まで  
▷対象 20歳以上の偶数年齢および21歳の女性  
※年齢は令和7年4月1日時点

※検診期間終了間際は混み合いますので早めにご予約ください