

6月の健康カレンダー

● 愛育班活動

内容	日曜日	時間	場所
愛育班活動	14 木	9:30～	沼島総合センター

● A型リハビリ教室

内容	日曜日	時間	場所
機能訓練を必要とする 64歳以下を対象(要予約)	22 金	10:00～12:00	緑保健康福祉センター

● 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、体脂肪測定など	4 月	9:00～10:30	三原保健センター
	13 水		緑保健康福祉センター
	18 月		西淡保健センター
	25 月		南淡福祉保健センター

● 乳幼児健康カレンダー

()は対象

内容	日曜日	受付時間	場所
母親学級	21 木	13:15～13:30	
4か月児健康診査 (24年2月生)	26 火	12:30～13:00	
10か月児健康診査 (23年8月生)	19 火	12:30～13:00	
1歳6か月児健康診査 (22年11月生)	5 火	12:30～13:00	緑保健康福祉センター
2歳児歯科健診 (22年3月生)	15 金	13:00～13:30	
3歳児健康診査 (21年5月生)	12 火	12:30～13:00	
強い歯大好き健診 (21年3月・21年9月生)	1 金	13:00～13:45	
育児相談 (23年4月生) (23年11月生)	8 金	13:00～14:00	南淡福祉保健センター
	13 水		西淡保健センター
	20 水		緑保健康福祉センター
	27 水		三原保健センター
食育講座赤ちゃん栄養サロン (24年1月生)	28 木	9:45～10:00	
遊びの教室(予約制)	14 木	9:30～9:45	緑保健康福祉センター
発達支援相談(予約制)	14 木	13:30～	

● 阿波踊り体操(いづみ会主催)

内容	日曜日	時間	場所
阿波踊り体操	6 水 20 水	10:00～	緑保健康福祉センター

時間外診療病院

月	平成病院
火	平成病院 八木病院
水	中林病院 南淡路病院
木	翠鳳第一病院
金	中林病院
土	翠鳳第一病院

平日18:00～23:00
土曜13:00～23:00

休日応急診療所(広域消防南淡分署横 53-1536)

診察日	9:00～16:30	19:00～22:30
3日(日)	畑田卓也 医師 齊藤雅文 医師	
10日(日)	大鐘稔彦 医師 高田育明 医師	
17日(日)	穀内勇夫 医師 穀内純江 医師	
24日(日)	浦瀬 巖 医師 鈴木俊示 医師	

● 献血

日曜日	受付時間	場所
5 火	11:30～16:00	南淡公民館



※各種教室・相談の問い合わせは、健康課(☎44-3004)まで

町ぐるみ健診が6月29日からスタート

町ぐるみ健診は予約制となっています。まだ、申し込みをしていない人は健康課まで連絡してください。申し込み順に健診日が割り当てられます。健診受診票、予約票、医療保険証、自己負担金を持参してください。また、市国保加入者を除く40～74歳の人は特定健康診査受診券も持参してください。

健康課 ☎44-3004

食育月間と食育の日

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。市では、「みんなでおいしく楽しく食でつながる南あわじ」をスローガンに食育に取り組んでいます。

高齢者を抱える家族の会

認知症高齢者を介護している人へ
介護の悩みを抱える人同士が、日ごろの思いを話す場です。

日 時 6月13日(水) 14:00～15:00
場 所 三原公民館

健康課 ☎44-3006

ポリオ予防接種

対象者	日	曜日
23年12月1日～24年1月31日生	6月6日	水
16年12月8日～22年3月31日生		

緑保健康福祉センターにて午後1時～1時30分まで受付しています。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看護スタッフが症状を聞き、必要な時は当日の担当医療機関を紹介します。
健康課 ☎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。
洲本市応急診療所 ☎24-6340

大切な人を守るために 子宮がん・乳がん検診でがんを早期発見

乳がんは40～50歳代で急増し、子宮がんは20～30歳で増加しています。定期的な検診を行い、早期発見・早期治療することが大切です。

検診は予約制なので、まだ申し込んでいない人は健康課に申し込んでください。

健康課 ☎44-3004



子宮頸がん検診

市では、20歳以上の人に検診を推奨しています。子宮頸がんは、かなり進行しないと自覚症状が現れません。検診ではがんになる前の前がん病変や、初期のがんも早期に見えます。

先進諸国では60～80%の人が受診していますが、日本の受診率は25%です。市の受診率は23.4%で、昨年3人の子宮がん、9人の前がん病変が発見されています。

町ぐるみ健診で検査を行っていますので、希望する人は申し込んでください。

◆受診対象

20歳以上の女性で、平成25年4月1日現在において偶数年齢の人

◆受診の流れ

- 健康課へ申し込む
- 健康課から子宮頸がん検診受診票を送付する
- 予約指定日に受診(指定日に都合が悪い人は、変更可能日時を設けています)

◆検診期間

町ぐるみ健診期間中のうち、12日間(日程は申込者に通知します)

◆費用

1,200円

乳がん検診

市では、40歳以上の人に検診を推奨しています。検診を受ける年齢に達していなくても、乳房にしこりや異常を感じたら、専門の医療機関を受診するようにしましょう。入浴する際などに、自分で乳房を触る習慣をつけておくことで早期発見につながります。

先進諸国では、60～80%の方が受診していますが、日本の受診率は20%です。市の受診率も25.1%と低い状態ですが、昨年8人の乳がんが発見されています。

◆受診対象

40歳以上の女性で、平成25年4月1日現在において偶数年齢の人

◆受診の流れ

- 健康課へ申し込む
- 受診票を健康課より送付する
- 医療機関に予約をして受診する

◆検診期間

6月～12月

◆検診項目

問診、視触診、マンモグラフィ

◆費用

1,700円

検診の無料クーポン券送付

市では、がん検診推進事業及び肝炎ウイルス検診受診促進事業として、下記の対象年齢の人へ「無料クーポン券」をお送りしています。

▼年齢は平成24年4月1日現在のもの

検診項目	対象年齢
乳がん検診(女性)	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳
子宮頸がん検診(女性)	20歳、25歳、30歳、35歳、40歳
大腸がん検診	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳
肝炎ウイルス検診	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳

