

7月の健康カレンダー

● 愛育班活動

| 内容 | 日曜日 | 時間 | 場所 |
|-------|------|-------|---------|
| 愛育の集い | 13 金 | 9:30～ | 多可町文化会館 |

● 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) | 20 金 | 10:00～12:00 | 緑保健福祉センター |

● 乳幼児健康カレンダー

| 内容 | 日曜日 | 受付時間 | 場所 |
|-----------------------------|------|-------------|------------|
| 母親学級 | 19 木 | 13:15～13:30 | |
| 4か月児健康診査 (24年3月生) | 24 火 | 12:30～13:00 | |
| 10か月児健康診査 (23年9月生) | 10 火 | 12:30～13:00 | |
| 1歳6か月児健診 (22年12月生) | 3 火 | 12:30～13:00 | 緑保健福祉センター |
| (23年1月生) | 31 火 | | |
| 2歳児歯科健診 (22年4月生) | 20 金 | 13:00～13:30 | |
| 3歳児健康診査 (21年6月生) | 17 火 | 12:30～13:00 | |
| 強い歯大好き健診 (21年4月・21年10月生) | 6 金 | 13:00～13:45 | |
| 育児相談 (23年5月生) | 4 水 | | 南淡福祉保健センター |
| (23年12月生) | 11 水 | 13:00～14:00 | 西淡保健センター |
| | 18 水 | | 緑保健福祉センター |
| | 25 水 | | 三原保健センター |
| 食育講座赤ちゃん栄養サロン (24年2月生) | 23 月 | 9:45～10:00 | |
| 遊びの教室(予約制) | 12 木 | 9:30～9:45 | 緑保健福祉センター |
| 発達支援相談(予約制) | 12 木 | 13:30～ | |

● 献血

| 日曜日 | 受付時間 | 場所 |
|------|-------------|-----------|
| 18 水 | 11:30～16:00 | 緑保健福祉センター |
| 24 火 | 11:30～16:00 | 三原公民館 |

● 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 | 4 水 | 10:00～ | 緑保健福祉センター |
| | 11 水 | | |

※各種教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎44-3004)まで

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 |
|--------|------------|-------------|
| 1日(日) | 西口 弘 医師 | 平山 毅 医師 |
| 8日(日) | 横山 龍治 医師 | 西口 弘 医師 |
| 15日(日) | 斉藤 雅文 医師 | 大鐘 稔彦 医師 |
| 16日(月) | 柴田 亮平 医師 | 友清 龍一郎 医師 |
| 22日(日) | 穀内 純江 医師 | 富本 喜文 医師 |
| 29日(日) | 高田 育明 医師 | 橋田 友孝 医師 |

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 7月11日(水)14:00～15:00

場 所 三原公民館

☎地域包括支援センター☎44-3006

いづみ会リーダー養成講座受講生募集

健康づくりに役立つ基礎知識と食育について学びます。

内 容 健康づくりと食育に関する講義、グループワーク、調理実習

期 間 7月31日(火)～12月(全11回)
10:00～12:30※変更する場合有

場 所 緑市民センター他

参 加 費 1,000円程度(材料費)

申 込 締 切 7月11日(水)

☎健康課☎44-3004

A型リハビリ教室の参加者募集

日 時 毎月第4金曜日10:00～12:00

場 所 緑保健福祉センター

対 象 64歳以下で機能訓練が必要な人

※主治医からの紹介状必要。介護認定者は対象外

☎健康課☎44-3004

在宅医療機器を使用している人へ

人工呼吸器や酸素濃縮装置等の在宅医療機器を使用している場合、地震や停電時にもあわてずに対応できるよう、主治医または医療機器メーカーに相談しておきましょう。

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士が症状を聞き、必要な時は当日の担当医療機関を紹介します。

☎小児夜間救急電話センター☎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。

☎洲本応急診療所☎24-6340

町ぐるみ健診スタート

～健診で年に一度の健康チェック～

6月29日より「町ぐるみ健診」が始まりました。町ぐるみ健診では、身体計測(身長・体重・腹囲)や血圧測定、問診、尿検査、血液検査、がん検診などを行い、生活習慣病の危険性を調べます。健診で自身の健康を確認し、健康的な生活に役立ててください。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。☎健康課☎44-3004

健診の日程表

7月 ○=子宮がん検診が △=午前中のみ健診日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

…西淡保健センター
…南淡福祉保健センター
…緑保健福祉センター

8月

◆三原保健センター

8月1日～4日、6日、7日

※子宮がん検診がある日=8月2日、4日、6日

※午前中のみ健診日=8月3日、7日

9月

◆南淡福祉保健センター

9月7日、8日、10日

※子宮がん検診がある日=9月8日、10日

※午前中のみ健診日=9月7日

指定日時の都合がつかない場合

全日程の午前11時～11時30分、午後2時～2時30分の時間帯を利用してください。午前中のみの日もありますので注意してください。変更の連絡は不要です。ただし歯周疾患・口腔がん検診は全日程午前のみです。

健診までにチェック

- ① 受診票(問診票)
- ② 予約票(受診日時・健診場所・受診項目表示)
- ③ 医療保険証
- ④ 自己負担金
- ⑤ 特定健康診査用受診券(40～74歳)※市国保の加入者は不要です

受診時の注意事項

- ① 特定健康診査(40～74歳)が全額自己負担になる人
医療保険未加入者や特定健康診査用受診券が発行されていない人は、特定健康診査は全額自己負担(5,250円)となります。市国保の加入者は今年から受診券は不要ですが、保険証を必ず持参してください。
- ② 従業員本人
職場健診を受けてください。
- ③ 40～74歳の被扶養者の人
被扶養者の特定健康診査(40～74歳)は、市と契約をかわした医療保険者のみ受診できます。勤務先に確認してください。医療保険者より発行される特定健康診査用受診券がない場合、全額自己負担となります。

がん検診について

がん検診は、会社等で検診を実施していない場合のみ受診可能です。特定の年齢の人にがん検診無料クーポン券(大腸がん、乳がん、子宮頸がん、肝炎ウイルス)を配布済です。当日持参してください。

| 検診項目 | 申込者数 | 健診申込者数(概算) | |
|-------------|--------|---------------------|--------------------|
| 肺がん検診 | 8,178人 | 19歳～39歳 | 1,151人 |
| 胃がん検診 | 4,077人 | 40歳～74歳 (内国保加入者) | 5,696人 (4,730人) |
| 歯周疾患・口腔がん検診 | 1,912人 | 75歳以上 | 1,382人 |
| 大腸がん検診 | 6,198人 | | |
| 乳がん検診 | 1,650人 | | |
| 子宮がん検診 | 1,592人 | | |

▲平成24年5月23日現在の数字です

