

## 2月の健康カレンダー

### ● 愛育班活動

内容	日曜日	時間	場所
分班長会議	21 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・血圧測定など	4 月	9:00~10:30	三原保健センター
	13 水		緑保健福祉センター
	20 水		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

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10月生)	26 火	12:30~13:00	
10か月児健康診査 (24年4月生)	19 火	12:30~13:00	
1歳6か月児健診 (23年7月生)	5 火	12:30~13:00	緑保健福祉センター
2歳児歯科健診 (22年11月生)	15 金	13:00~13:30	
3歳児健康診査 (22年1月生)	12 火	12:30~13:00	
強い歯大好き健診 (21年11月・22年5月生)	1 金	13:00~13:45	
育児相談 (23年12月生)	6 水	13:00~14:00	南淡福祉保健センター
(24年7月生)	13 水		西淡保健センター
	20 水		緑保健福祉センター
	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9月生)	28 木	9:45~10:00	
遊びの教室(予約制)	14 木	9:30~9:45	緑保健福祉センター
発達支援相談(予約制)	14 木	13:30~	

### ● 献血

日曜日	受付時間	場所
5 火	11:30~16:00	南淡公民館
28 木	14:30~16:30	南淡福祉保健センター



### 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

### 休日応急診療所(区域消防南淡分署横) ☎53-1536

診察日	9:00~16:30	19:00~22:30
3日(日)	畑田卓也 医師	西口 弘 医師
10日(日)	斉藤雅文 医師	穀内純江 医師
11日(月)	横山龍治 医師	鈴木俊示 医師
17日(日)	大鐘稔彦 医師	平山 毅 医師
24日(日)	柴田亮平 医師	高田育明 医師

平日18:00~23:00  
土曜13:00~23:00

### ● 特定保健指導 (YK教室)

内容	日曜日	時間	場所
血液検査・体重・腹囲・ 血圧測定 市国保で特定保健指導対象者 (要予約)	8 金	8:30~10:30	三原保健センター

### ● 阿波踊り体操 (いずみ会主催)

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

※各種教室・相談のお問い合わせは、健康課 ☎44-3004 まで

### 高齢者を抱える家族の会

**認知症高齢者を介護されている人へ**  
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 2月13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

### ヒブワクチンの接種間隔の変更について

いままでヒブワクチンの追加免疫については、初回免疫終了後1年後となっていましたが、この度3回目の接種後(接種の開始が0歳7か月~0歳12か月未満の場合は2回目の接種後)7~13か月の間に1回接種することになりました。この間に接種する場合、接種費用は無料です。  
ただし、すでにヒブワクチンの追加免疫が3回目の接種から13か月を超えている人(接種開始が0歳7か月~0歳12か月未満の場合は2回目の接種から13か月を超えている人)についても平成25年3月31日までは接種間隔を超えていても無料で接種できます。  
☎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。  
☎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。  
☎洲本市応急診療所 ☎24-6340

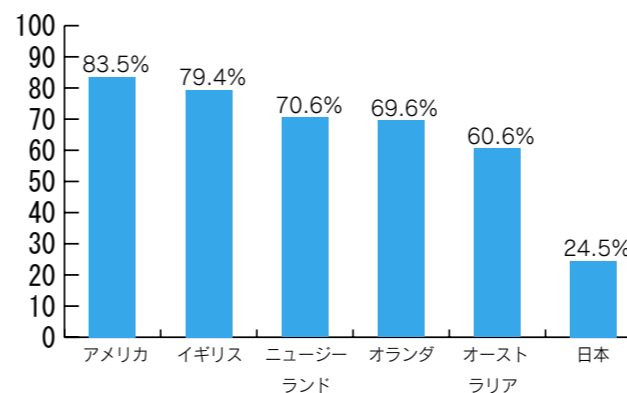
## ~早期発見早期治療で治りやすい病気~

# 子宮頸がん検診を受診しましょう!

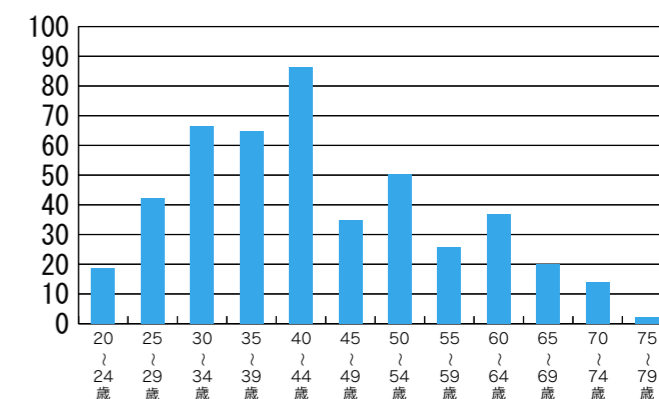
子宮頸がんは、がんが発見されても、早期であれば適切な治療で完治しやすいがんです。しかし、初期には症状がないことが多いため、自分で気付くことがほとんどありません。それだけに、定期的ながん検診が非常に重要ですが、アメリカやイギリスでは約80%という高い受診率なのにもかかわらず日本では約25%と低いのが現状です。

子宮頸がんは、20~30歳代の若い年齢層で罹患率が増加しています。しかし、この年齢層の検診受診率は、市の検診でも低くなっています。若い年齢層の人も2年に1回は検診を受けてください。

市の町ぐるみ健診でも子宮頸がん検診を実施しています(実施時期:6月末~9月上旬。対象:20歳以上の偶数年齢の人)。4月上旬に申込書を各世帯へ送付しますので、お申し込みください。対象になっていない人も、個人的に医療機関(婦人科)で検診を受けることができます。医療機関にお問い合わせください(全額自己負担)。



各国の20~69歳の女性の子宮頸がん検診受診率(2006年)



南あわじ市子宮がん検診年齢別受診率(2012年度)

### 子宮頸がんの特徴

#### 特徴

- ・子宮の入り口である頸部の表面から発生する
- ・30~40歳代の発生率が高い
- ・20歳代で急増中
- ・初期は自覚症状がほとんどない
- ・ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が発がんとの強い関係がある

#### 症状

- ・初期はまったくない
  - ・茶褐色、黒褐色のおりものが増加する
  - ・不正出血(生理以外の出血)がみられる
  - ・下腹部や腹部が重苦しい、鈍痛がある
- ※少しでも疑わしい症状があった場合は、検診を待たずに医療機関を受診してください。

### 子宮頸がん予防ワクチン接種事業

子宮頸がんには予防ワクチンがあります(HPVワクチン)。市では中学1年~高校2年までの女子を対象に、接種費用を負担しています。対象者には接種券を送付していますのでご利用ください。

