

7月の健康カレンダー

緑保健福祉センター ☎ 44-3009

日曜日	内 容	受付時間	場 所
4月	成人健康相談	9:00~11:30	緑老人福祉センター
5日	神道老人クラブ健康相談	13:30~15:00	神道集会所
6日	中筋老人クラブ健康相談	〃	中筋公会堂
6日	いきいき教室	13:30~15:30	緑保健福祉センター
8日	中田老人クラブ健康相談	9:30~11:00	中田公会堂
11日	成人健康相談	9:00~11:30	しづおり館
13日	リハビリ教室	13:30~15:30	緑保健福祉センター
15日	市場老人クラブ健康相談	13:30~15:00	市場公会堂
19日	糖尿病相談	9:00~11:30	緑保健福祉センター
20日	安住寺老人クラブ健康相談	13:30~15:00	安住寺集落センター
22日	いきいき教室	13:30~15:30	緑保健福祉センター
22日	土井老人クラブ健康相談	13:30~15:00	土井集落センター
26日	町ぐるみ健診	8:00~11:30	緑保健福祉センター
27日	〃	〃	
27日	リハビリ教室	13:30~15:30	
28日	町ぐるみ健診	8:00~11:30	緑保健福祉センター
29日	〃	〃	

三原保健センター ☎ 43-5039

日曜日	内 容	受付時間	場 所
4日	健康相談	9:00~11:00	三原保健センター
4日	転ばぬ教室	13:30	
4日	リハビリ教室	〃	
7日	体ほぐし体操教室	14:15	三原保健センター
19日	食生活改善教室&男の料理教室	10:00	
21日	体ほぐし体操教室	14:15	
25日	健康相談	9:00~11:00	
25日	お達者教室	13:30	

南淡福祉保健センター ☎ 50-2122

日曜日	内 容	受付時間	場 所
1日	町ぐるみ健診	8:00~11:30	南淡福祉保健センター
4日	〃	〃	
5日	〃	〃	老人憩いの家ふくら荘
7日	住民健康相談	9:30~11:00	
8日	ヘルシークッキング教室	9:30~12:00	南淡福祉保健センター
8日	住民健康相談	9:30~11:00	
11日	老人いきいき教室	〃	南淡福祉保健センター
11日	リハビリ教室	13:30~15:00	
12日	町ぐるみ健診	9:00~11:30	沼島総合センター
13日	〃	8:00~11:30	瀬開総合センター
19日	住民健康相談	9:30~11:00	阿万公民館
20日	糖尿病相談	〃	南淡福祉保健センター
20日	ダンベル教室	13:30~15:00	
21日	男の料理教室	9:30~12:00	南淡福祉保健センター
21日	町ぐるみ健診	8:00~11:30	
22日	〃	〃	阿万地区
22日	訪問リハビリテーション	16:00~17:00	
23日	町ぐるみ健診	8:00~11:30	南淡福祉保健センター
28日	住民健康相談	9:30~11:00	仁尾荘
28日	沼島いきいき教室	〃	沼島総合センター
28日	愛育班研修会	〃	

西淡保健センター ☎ 37-3029

日曜日	内 容	受付時間	場 所
4日	健康相談	13:30~15:00	西淡保健センター
6日	〃	〃	湯の川荘
6日	町ぐるみ健診	8:00~11:30	
7日	〃	〃	西淡保健センター
8日	〃	〃	
13日	簡単・おいしいお菓子教室	10:00~12:00	松帆活性化センター
13日	リハビリ教室	13:30~16:00	西淡保健センター
14日	健康相談	10:00~11:00	万松園
21日	健康大学	〃	〃
25日	ヘルシースリム教室	13:30~15:00	西淡保健センター
27日	ザ☆男の料理教室	10:00~12:00	松帆活性化センター
27日	訪問リハビリテーション	13:30~15:00	各 地 区

母子健康カレンダー () は対象者

内 容	日曜日	受付時間	場 所
2歳児歯科健診 (平成15年4月生)	1日	13:15~13:30	緑保健福祉センター
強い歯・幼児フッ素塗布 (平成14年4月・10月生)	5日	〃	
母親学級(後期)	14日	13:30~14:00	
コアラ教室	21日	9:30~11:00	
育児相談 (平成16年5月生)	6日	13:30~14:30	三原保健センター
(平成16年11月生)	7日	〃	緑保健福祉センター
	11日	〃	西淡保健センター
	25日	〃	南淡福祉保健センター
3歳児健康診査 (平成14年5・6月生)	8日	13:30~13:45	南淡福祉保健センター
	12日	〃	西淡保健センター
	13日	〃	三原保健センター
10か月児健康診査 (平成16年9月生)	15日	13:30~13:45	南淡福祉保健センター
	19日	〃	西淡保健センター
	20日	〃	三原保健センター
4か月児健康診査 (平成17年3月生)	22日	13:30~13:45	南淡福祉保健センター
	26日	〃	緑保健福祉センター
	27日	〃	三原保健センター

献血のお知らせ

日曜日	受付時間	場 所
8日	10:00~16:00	緑保健福祉センター
	11:30~15:30	三原公民館
28日	10:00~11:00	みなと観光
	12:00~16:00	西淡保健センター
29日	14:30~16:30	南淡福祉保健センター

※健康カレンダーは南あわじ市ホームページの「イベントカレンダー」からでもご覧いただけます。アドレスは、<http://www.city.minamiawaji.hyogo.jp/>

▽乳がん検診(個別検診)
▽対象年齢 40歳以上で、本年度偶数歳(40歳、42歳、44歳、...)の誕生日を



マンモグラフィとは乳房専用のX線撮影のことをいいます。乳房の外側から触っただけでは見つけることができない早期のがんを発見することができます。

「乳がん」を予防しましょう

迎える女性。本年度奇数歳の誕生日を迎える女性は、来年に受診してください。

お支払いください。▽検診内容 問診、視触診、マンモグラフィ

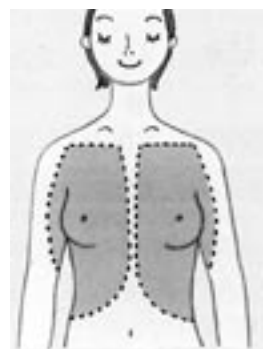
乳がん検診受託医療機関と検診日

医療機関	予約受付日・時間	検診受診日・時間
穀内クリニック ☎ 55-0059	月~金 9:00~18:00	月・水・金 8:00~9:00 13:30~14:30 18:30~19:30
	土 9:00~12:00	火・土 8:00~9:00
海の里クリニック ☎ 50-3533	月・火・木・金 9:00~12:00 15:00~18:00	月・火・木・金 12:00~15:00
	水・土 9:00~12:00	土 12:00~13:00
八木病院 ☎ 42-6188	月~金 9:00~16:00	火・木 14:00~17:00
平成病院 ☎ 42-5335	月~土 9:00~18:00	月・水・金 14:00~17:00

▽予約受付期間 6月20日(月)~11月30日(水)
▽料金 自己負担金2600円 ※医療機関の窓口で

自己触診を！
月に1回、自分で見たり触ったりして、異常がないかチェックしましょう。もし、

触り方
指でつままず、指の腹を小さく動かして滑らせるように触りましょう。



指で触る範囲
乳房の突出している部分だけでなく、上は鎖骨、下は肋骨の弓側のところまで、内側は胸骨の中央、外側はわきの下まで触るようにしましょう。

休日小児救急診療(県立淡路病院)

診察日	担当医師
7月3日(日)	村上 龍助 医師
7月10日(日)	平山 毅 医師
7月17日(日)	三根 一乗 医師
7月18日(月)	植村 幹二郎 医師
7月24日(日)	坂口 美奈子 医師
7月31日(日)	田中 一宏 医師

※必ず予約電話を入れてください(☎23-2700)

休日応急診療所(広域消防南淡分署 ☎53-1536)

診察日	(昼)9:00~16:30	(夜)19:00~22:30
7月3日(日)	斉藤 雅文 医師	浦瀬 巖 医師
7月10日(日)	福田 郁夫 医師	福原 正博 医師
7月17日(日)	富本 喜文 医師	前田 昌巳 医師
7月18日(月)	友清 龍一郎 医師	真野 博文 医師
7月24日(日)	日笠 久美 医師	宮崎 美枝 医師
7月31日(日)	鈴木 俊示 医師	村野 謙一 医師

時間外診療病院

曜日	病 院 名	曜日	病 院 名
月	平成病院 ☎ 42-5335	木	翠鳳第一病院 ☎ 42-0099
火	平成病院 ☎ 42-5335	金	中林病院 ☎ 42-6200
	八木病院 ☎ 42-6188	土	翠鳳第一病院 ☎ 42-0099
水	中林病院 ☎ 42-6200	●平日は午後6時から午後11時まで ●土曜日は午後1時から午後11時まで	
	南淡路病院 ☎ 53-1553		

