

各種けんしん **要予約**

※聴覚・言語障害のある方など、電話が困難な方は、予約開始日より前にご相談ください。

日時	予約開始日	特定・後期高齢者健康診査	肺がん・結核検診(胸部レントゲン)	大腸がん検診(検便)	胃がん検診(バリウム)	歯科健診	乳がん検診(マンモグラフィ)	子宮頸がん検診(細胞診)
7月 5日(出)	6月 2日(月)	午前	○	○	○	○	○	○
午後		○	○	○	○	○	○	
7月15日(火)	6月 9日(月)	午前	○	○	○	○	○	○
午後		○	○	○	○	○	○	
7月23日(水)	6月23日(月)	午前	○	○	○	○	○	○
8月 1日(金)	7月 1日(火)	午前	○	○	○	○	○	○
対象/料金		加入している保険により異なります	40~64歳/200円 65歳以上/無料	40歳以上 400円	40歳以上 900円	40歳以上 無料	40歳以上 1,000円	20歳以上 600円

※上記のけんしんは保健福祉センターで行います。

南国市若年がん患者在宅療養支援事業

若年のがん患者の方が、住み慣れた自宅などで自分らしく過ごせるよう、患者さんご本人やその家族の負担を軽減し、在宅での療養に対する支援を実施します。

■ 対象サービス

- ① 訪問介護
  - ② 訪問入浴介護
  - ③ 福祉用具貸与
  - ④ 福祉用具購入に係る費用
- ※交通費、食事療養費、文書料は対象外

■ 補助金額/利用料の9割

※補助対象となる利用料の上限は、ひと月当たり6万円まで。  
 ※残りの1割は自己負担(生活保護世帯は自己負担免除)。

■ 申請(書類の提出方法)

- ① 窓口で提出
  - ② 郵送で提出
- ※サービスの利用前に申請が必要です。

対象者の確認や詳しい内容は、ホームページをご確認ください。



心の悩み、相談してみませんか?

「心の健康に関する様々な悩み」について、精神科嘱託医師が無料で相談に応じます。プライバシーに配慮し、秘密は厳守します。

- 日時/6月16日(月) 13:30~16:30  
7月18日(金) 13:30~16:30

■ 場所/中央東福祉保健所  
香美市土佐山田町山田1128-1

■ 定員/各回3名(1名につき1時間程度)

■ 申し込み/1週間前までに保健福祉センターへ電話でお申し込みください。

※精神保健担当職員による相談は随時行っています。相談される場合は、事前にご連絡ください。

~ストレス、たまっていませんか?~  
**こころの体温計**



上記の二次元コードから気軽に心の健康をチェックできます。

ストレス度や落ち込み度が高い方は、相談機関や医療機関の受診など早めの対応をお勧めします。



休日当番医 ※変更する場合や専門外の疾病は十分診察できない場合があります。

日	当番医	場所	電話
6月 1日(日)	たかはし内科小児科	緑ヶ丘	865-5680
6月 8日(日)	きび診療所	明見	804-6500
6月15日(日)	南国いのうえクリニック	篠原	855-8001
6月22日(日)	領石蛍が丘クリニック	領石	862-1123
6月29日(日)	にしかわクリニック	後免町	855-7676

令和7年度  
 带状疱疹予防接種

対象者には、すでにご案内をしましたが、2つ訂正がありますので、お知らせします。  
 ①過去に带状疱疹(水痘)予防接種の接種歴がある方は、対象になりません。  
 ②委託医療機関のうち、高知大学医学部附属病院は、定期受診中の方のみに対応します。

子育て支援センター ひよこルーム **ランチタイムなし**



■ 対象/生後1か月健診の終わった赤ちゃんから、未就園児と保護者  
 おもちゃや遊具・絵本もあり、お子さんと一緒に遊べたり、子育て相談をしたりできます。

ひよこひろば (未就園児と保護者)	月・金 (9:00~12:00) (13:00~15:00) 火・水 (13:00~15:00)
よちよちひよこ (主に生後6か月から歩き始めるまで)	火 (9:00~12:00) 木 (9:00~11:30)
マタニティ&ベビーひよこ (主に妊婦さんと生後6か月まで)	水 (9:00~12:00)
育児相談 (電話、来所でも個別相談できます。)	月~金 (9:00~16:00)

★よちよちひよこ・マタニティ&ベビーひよこへのきょうだいを連れての参加は、スタッフにご相談ください。

計測日 6/17(火)よちよちひよこ  
 (9:30~11:30) 計測される場合は、**バスタオル**をご持参ください。

南国市内には、5つの子育て支援センターがあります(18ページ参照)。それぞれのセンターで子育て講座やイベントなどを行っていますので、ご利用ください。

子育て講座 **申し込みは、本人のみでお願いします**

産後リカバリーヨガ  
 ~音楽に合わせて親子で体を動かそう!~

- 対象/3~7か月までのお子さんとママ
- 日時/6月3日(火) 10:00~11:30(受付9:30~)
- 講師/大崎 厚子(ヨガインストラクター)
- 定員/先着9組
- 持ち物/バスタオル、ヨガマット(ヨガマットのレンタル料は200円)



手形足形アート  
 ~お子さんの手形足形作品で思い出づくり~

- 対象/生後2か月からのお子さんと保護者
- 日時/6月10日(火) 10:00~11:30(受付9:30~)
- 講師/坂本 可奈(petapeta.art.@アドバイザー)
- 定員/先着10組 ■ 材料費/500円
- 持ち物/A4ファイル・おしりふき・抱っこひも



- 次回開催 **ベビーマッサージ** ■ 日時/7月1日(火) 10:00~11:30 ■ 申込開始日/6月11日(水)
- ベビーヨガ** ■ 日時/7月8日(火) 10:00~11:30 ■ 申込開始日/6月18日(水)

乳幼児健診 **要予約** ※対象の方には通知書でお知らせします。

4か月児健診	6月26日(木)	1歳8か月児健診	6月 5日(木)
10か月児健診	6月19日(木)	3歳6か月児健診	6月12日(木)

■ 受付時間/乳児健診12:45~ 幼児健診12:40~