

保健福祉センターからのお知らせ

■申し込み・問い合わせ ☎ 088-863-7373 〒783-0004 南国市大桶甲320

子宮頸がん検診



要予約

※聴覚・言語障害のある方など、電話での申し込みが困難な方は、希望する健診(検診)の申込開始日より前にご相談ください。

実施日時	場所	申込開始日	対象	料金
2月7日(金) 13:30~15:00	保健福祉センター	1月7日(火)	20歳以上	600円



※今年度の南国市集団健診の日程はすべて終了しました。

まだ受診されていない方は、広域がん検診をご検討ください。詳しくは、広報12月号19ページをご覧ください。

麻しん・風しん混合定期予防接種はもうお済みですか

対象期間内に受けると、保護者の自己負担はありませんが、対象期間を過ぎて受けようとする、1万円前後の自己負担が必要になります。この機会に予防接種を受けるよう、お勧めします。

	対象年齢	接種期限
1期	1歳児	2歳の誕生日の前日まで
2期	保育園・幼稚園の年長児に相当する間 (平成30年4月2日~平成31年4月1日生まれの方)	令和7年3月31日まで

※原則、麻しん風しん混合ワクチン(MR)を使用します。麻しんまたは風しんのどちらか一方にかかったことのある方も接種できます。

※予診票は対象の方には送付していますが、転入された方、予診票を紛失された方はご連絡ください。

抽選応募開始

2025南国市健康ポイント賞品



- 対象/高知家健康パスポートアプリのヘルシーポイントまたは南国市健康ポイントを5ポイント以上お持ちの方
- 賞品/クオカード(1,000円分) 150名 ※申込多数の場合は抽選
- 申込期間/1月6日(月)~2月28日(金)
- 申込方法

- ① 窓口(保健福祉センターまたは市民課関係)
高知家健康パスポートアプリを表示できるスマートフォンまたはがんばり記録表(みんなアデ歩こう、みんなアデ測ろう血圧測定 ※)を提示し、申込用紙に記入する。※申込用紙は保健福祉センターで配布
- ② Web申込(スマートフォンでも可能)
市のホームページまたは右の二次元コードから申込フォームへ。

※抽選に外れても、翌年度に南国市が実施するがん検診(肺がん、胃がん、大腸がん)の無料券が当たるチャンスがあります。抽選結果発表は、当選者への発送をもって代えさせていただきます。



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
1月1日(火)	JA高知病院	明見	863-2181
1月2日(水)	南国中央病院	後免町	864-0001
1月3日(木)	岡豊病院	岡豊町	866-2345
1月5日(土)	小栗医院	十市	865-8405
1月12日(日)	にしかわクリニック	後免町	855-7676
1月13日(月)	いちばら内科小児科	大桶甲	863-3915
1月19日(日)	田村こどもクリニック	篠原	863-0723
1月26日(日)	南国中央病院	後免町	864-0001
2月2日(日)	山本循環器内科・眼科	駅前町	864-2575

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/1月24日(金) 13:30~16:30
2月12日(水) 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。



こども家庭センターからのお知らせ

■申し込み・問い合わせ ☎ 088-863-7374



この印の事業は、保健福祉センター内で行います(「お出かけひよこ」除く)



子育て支援センター

ひよこルーム

1/6 から時間が変わります。
※ランチタイムなし



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・木(9:00~12:00)
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
(9:30~11:30)
1/7(火) よちよちひよこ
1/8(水) マタニティ&ベビーひよこ
計測される場合は、**バスタオル**をご持参ください。

未就園児と保護者が対象です。
おもちゃや遊具・絵本もあり、お子さんと一緒に遊べる場所ですので、親子で気軽にお越しください。

出張 お出かけひよこ

西部児童館 1/21(火) 10:00~12:00 13:00~15:00
※この日はこども家庭センターでのひよこルームはありません。



子育て講座



申し込みは、本人のみでお願いします

「ミュージック・ケア」

~音楽に合わせて親子で体を動かそう~

- 日時/1月28日(火)
10:00~11:30(受付9:30~)
- 講師/岩城 美喜江氏
(ミュージック・ケア認定指導者)
- 対象/10か月~2歳までの
お子さんと保護者
- 定員/先着10組
- 申込開始日/1月6日(月)~



「パパ講座」

~パパと一緒に運動遊び~

- 日時/1月19日(日)
10:00~11:30(受付9:30~)
- 講師/笹岡 真氏
(ピーススポーツ代表)
- 対象/10か月~未就園児
までのお子さんとパパ
(おじいちゃんも可)
- 定員/先着10組
- 申込開始日/1月6日(月)~



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	1月23日(木)	1歳8か月児健診	1月30日(木)
10か月児健診	1月16日(木)	3歳6か月児健診	1月9日(木)

■受付時間/乳児健診12:45~ 幼児健診12:40~

ファミサポワークショップ第13弾

水引の基本をマスターしよう♪

ファミサポに興味のある方や登録をお考えの方は、遊びに来ませんか? 心なごむ手作りの作品を作って、ファミサポの輪を広げましょう。お子さん連れも大歓迎です♪

- 日時/1月8日(水) 10:00~12:00
- 場所/なんこくファミリーサポートセンター
- 定員/5名
- 参加費/無料
- 託児/あり(要予約) ※生後6か月~託児が可能

■申し込み・問い合わせ/なんこくファミリーサポートセンター (南国市立西部児童館2階)
☎088-802-5665 (9:00~17:00) 日・月・祝休み (月曜日が祝日の場合は翌火曜日休み)



この印の事業は高知家健康パスポートのヘルシーポイントの対象事業です。



この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。