



## 献血にご協力ください(8月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
2日(木)	南部総合県民局 阿南保健所庁舎	領家町	9:30~10:30
6日(日)	フジグラン 阿南	領家町	10:00~12:00
			13:00~16:30
31日(木)	株シャイネックス	大湯町	10:00~11:00
	新日本電工(株) 徳島工場	橋町	14:30~16:30

※400ml 献血のみの実施です。  
※一般の方のご協力もよろしくお願ひします。  
☎ 徳島県赤十字血液センター  
(☎088-631-3200) へ

## 電話での健康相談・栄養相談

随時受け付けています。電話にてお問い合わせください。  
受付日時 平日 8:30~17:00  
☎ 保健センター (☎22-1590) へ

## 備えよう!「救急安心カード」

救急安心カードは、氏名、生年月日、血液型、かかりつけの病院などを書いておくカードです。いざという時に救急隊員が迅速・的確に救急医療活動ができます。家族のため、自分自身のためにも「救急安心カード」を記入し、外出時にも携行しましょう。



※記載内容に更新があった場合は、書き換えましょう。  
配布場所 消防本部、南出張所、西出張所、保健センター  
※阿南市消防本部のホームページからも印刷できます。  
☎ 消防本部 (☎22-1120) へ

## かもだ岬温泉保養センター



【8月の休館日】  
7日(月)、17日(木)、21日(月)、28日(月)  
☎ かもだ岬温泉保養センター  
(☎21-3030) へ

## 阿波踊り体操教室

日時 8月10日(木) 10:00~11:00  
場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール  
講師 あなん阿波踊り体操愛好会  
(阿波踊り体操指導員)  
対象 運動制限のない方(年齢制限なし)  
持参物 飲み物、タオル  
☎ 保健センター (☎22-1590) へ

## 災害対応講演会

日時 9月2日(土) 10:30~11:45  
場所 見能林公民館  
内容 熊本地震の災害支援から見えるもの  
~助かった命を守るために今できること~  
講師 阿南市保健センター 保健師  
※入場無料、申込不要  
☎ 介護・ながいき課 (☎22-1793) へ

## 日本脳炎予防接種について

【第1期】  
対象者 生後6カ月から7歳6カ月未満まで3回接種  
接種間隔 6~28日の間隔をあけて1回接種、その後おおむね1年の間隔をおいて1回接種(3歳になる月に予診票を送付しています)  
【第2期】  
対象者 9歳から13歳未満までに1回接種(小学4年生に予診票を送付しています)

## 日本脳炎予防接種の対象年齢を拡大しています

平成17年度から平成21年度にかけて接種勧奨の差控えにより、接種の機会を逃した方へ接種できるようになっています  
【特例対象者】  
①平成7年4月2日生~平成19年4月1日生  
接種期間 20歳の誕生日前日まで  
②平成19年4月2日生~平成21年10月1日生  
接種期間 9歳から13歳未満まで  
①と②の対象者の接種回数 第1期3回、第2期1回の未接種分が接種できます。  
※対象年齢で未接種の方は主治医に相談のうえ、委託医療機関で接種してください。  
※予診票を紛失された方は再発行できます。母子健康手帳をお持ちのうえ、保健センターまでお越しください。  
☎ 保健センター (☎22-1590) へ

## 集団の胃がん・肺がん検診等

検診内容 胃がん(バリウム検査)、肺がん、前立腺がん、大腸がん(要予約)、肝炎ウイルス検診、特定健診  
要予約 受付は予約者が優先されます。検診日2週間前までに総合健診センター(☎088-678-3557)へご予約ください。  
検診日程  
8月18日(金) 那賀川社会福祉会館  
8月29日(火) 椿泊漁協  
9月5日(火) ひまわり会館★  
9月26日(火) ひまわり会館★  
★印の会場のみ、歯周病検診を実施。  
受付時間 8:00~11:00  
※くわしくは広報あなん7月号またはがん検診等受診券をご覧ください。  
☎ 保健センター (☎22-1590) へ

## 集団の婦人がん検診

検診内容 乳がん、骨粗しょう症検診  
子宮頸がん検診(午後のみ)  
要予約 乳がん検診のみ  
順次予約を受け付けておりますので、空き状況は保健センターへお問い合わせください。  
検診日程  
8月9日(水) 羽ノ浦公民館  
8月19日(土) 那賀川社会福祉会館  
受付時間 午前の部 9:00~10:00  
午後の部 13:00~14:30  
☎ 保健センター (☎22-1590) へ

## 熱中症を予防しましょう

気象庁の予報では、8月の四国地方は平年に比べ、晴れの日が多く、気温は高い確率50%となっています。自身の体調変化に注意するとともに、周りの人にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。  
予防のポイント  
・こまめな水分、塩分の補給  
・涼しい服装  
・外出時は日傘や帽子を着用  
・扇風機やエアコンを使った室内の温度調整  
このようなことにも注意が必要  
・暑さの感じ方は人によって異なります。高齢者や子どもは周囲の人が見守って、みんなで協力して熱中症予防を呼びかけあいましょう。  
・日ごろからバランスのよい食事と運動で体力づくりを心がけましょう。  
☎ 保健センター (☎22-1590) へ