



## 献血にご協力ください (12月)



実施日	採血場所	住所	採血時間
30日(土)	ショッピング プラザ アピカ	西路見町	10:15~12:00 13:30~16:00

※ 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いいたします。  
 問 徳島県赤十字血液センター  
 ☎088-631-3200

## お酒で悩んでいませんか 巻き込まれていませんか 一度、相談・例会の見学に来てみませんか お酒に関する例会・相談会

- 日程 ▶ 12月6日(水) 18:30~20:00  
 羽ノ浦公民館  
 ▶ 12月8日(金) 18:00~20:00  
 ひまわり会館  
 ▶ 12月22日(金) 18:00~20:00  
 ひまわり会館

※ 県内他会場でも実施しています。

今月のテーマ 「断酒の危機」

問 NPO法人徳島県断酒会事務局  
 ☎088-641-0737

## おしえてくれんで！ 徳島の心臓のこと

徳島県は、糖尿病やその他生活習慣病（高血圧・脂質異常）の改善および適切な治療をテーマに、心筋梗塞や心不全などの心疾患の予防や改善に取り組んでいます。生活習慣病を適切に治療しないと、将来心疾患を引き起こす原因となります。生活習慣の改善を心がけ、定期的な健診を受けることが重要です。

【詳しくはこちら】



問 徳島県健康づくり課  
 ☎088-621-2988

## ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん予防)ワクチンについて

平成25年6月から積極的な接種勧奨が差し控えられていましたが、国の審議会において、安全性に特段の懸念が認められないことが確認され、接種による有効性が副反応のリスクを上回ると認められたことから、勧奨を再開しています。

※令和5年4月1日から9価ワクチンが定期接種に追加されました。

### 接種対象者

- ①小学6年生から高校1年生相当の人  
 令和5年度は、平成19年4月2日~平成24年4月1日生の女子  
 ※標準的な接種年齢は中学1年生です。小学6年生の女子には、中学1年生となった際に予診票を個別送付します。個別送付前に接種を希望される場合は保健センターへお問い合わせください。
- ②積極的接種勧奨差し控えにより接種機会を逃した人(キャッチアップ対象者)  
 平成9年4月2日~平成19年4月1日生の女子で、予防接種を3回接種完了していない人

### 接種期限

- ・平成20年4月2日~平成24年4月1日生の女子は高校1年生相当の3月31日まで
- ・平成9年4月2日~平成20年4月1日生の女子は令和7年3月31日まで

接種対象者の方へは予診票をお送りしています。紛失された方、転入された方は母子健康手帳をお持ちの上、保健センターへお越しください。また、接種対象者②の方で、過去に本ワクチンを自費で接種された方に対し、接種費用の償還払い(払い戻し)を行うことができます。詳細は市ホームページをご覧ください。

## 医療機関での大腸がん検診

実施期間 12月15日(金)まで(診療時間内)  
 実施場所 市内医療機関  
 検査内容 便潜血反応(2日間検便)  
 検診に必要なもの  
 ・がん検診等受診券(6月末に郵送済み)  
 ・健康保険等被保険者証  
 ・自己負担金

2年に1度

## 医療機関での無料 子宮頸がん・乳がん検診

実施期間 令和6年3月31日(日)まで  
 (診療時間等については、各医療機関にお問い合わせください。)

実施場所 県内指定医療機関  
 ※くわしくは市ホームページ「令和5年度がん等の検診」内の「子宮頸がん・乳がん検診実施医療機関」をご確認くださいか、保健センターまでお問い合わせください。



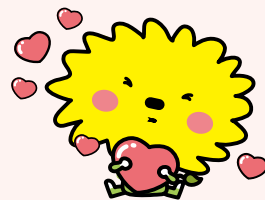
検診実施機関はこちらの2次元コードからご確認ください。

### 検診に必要なもの

- ・検診票(市外指定医療機関で受診される場合のみ、必ず健康づくりセンターへ取りにお越しください。)
- ・がん検診等受診券(6月末に郵送済み)
- ・健康保険等被保険者証

## 阿波踊り体操教室

日時 12月25日(日)  
 10:00~11:30(受付9:30~)  
 場所 健康づくりセンター2階  
 健康広場  
 講師 徳島大学 人と地域共創センター教授 田中俊夫さん  
 対象 運動制限のない方(年齢制限なし)  
 定員 先着20人(予約制)  
 参加費 無料  
 持参物 飲み物、タオル、マスク(必要な方)  
 ★事前にご予約ください。開始前に血圧測定をします。キャンセルの電話は前日までをお願いします。



問い合わせ  
 保健センター ☎22-1590