



集団検診

検診日程 10月14日(祝) 羽ノ浦公民館
22日(火) ひまわり会館

検診内容 胃がん・肺がん・前立腺がん・
肝炎ウイルス・大腸がん(要予約、採便容
器の提出は検診当日のみ受付)・歯周疾患
検診(22日のみ実施)

受付時間 9:00~10:00

※集団検診でがん検診を受ける場合は、検
診日2週間前までに総合健診センター(☎
088-678-7128)へお申し込みいただ
くと、問診票等が自宅に届きます。
☎保健センター(☎22-1590)へ

婦人がん検診

検診内容 乳がん(要予約/保健センター
へ)・骨粗しょう症

検診日程 10月1日(火) ひまわり会館
29日(火) ひまわり会館

受付時間 9:00~10:00
13:30~14:30

☎保健センター(☎22-1590)へ

阿波踊り体操教室(10月は休み)

あなたのまちで 阿波踊り体操をしてみませんか?

指導員があなたのまちにうかがいます。く
わしくは、お問い合わせください。
☎保健センター(☎22-1590)へ

大腸がん検診

実施期間 10月1日(火)~12月15日(日)
の診療時間内

実施場所 市内医療機関

対象 市内在住の40歳以上の方

費用 1,100円

検診に必要なもの

- ・がん検診の受診券(6月末に郵送済み)
- ・健康保険等被保険者証
- ・自己負担金
- ・健康手帳(持っている方)

阿南市国民健康保険加入者、高齢受給者、
後期高齢者医療制度加入者の方は健康保険
等被保険者証をお持ちになれば無料になり
ます。また、大腸がん検診無料クーポン対
象者はクーポン券をお持ちになれば無料に
なります。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

健康相談・栄養相談

体組成測定などで、ご自身の体の状態を
みてみませんか。

日時 10月4日(金) 10:00~11:00

場所 ひまわり会館

内容 血圧測定、検尿、体組成の測定
個別健康相談、介護の相談、栄養相
談コーナー

対象 市内在住の方

持参物 健康手帳、健診の結果など

☎保健センター(☎22-1590)へ



献血にご協力ください(10月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
11日(金)	フジグラン阿南	領家町	10:00~12:30
	南部総合県民局 阿南庁舎	富岡町	9:30~11:00
16日(水)	(株)岡部機械工業	津乃峰町	11:40~13:30
	阿南市 環境管理事務所	富岡町	15:00~16:15
	阿南農業協同組合 (アグリあなん)	桑野町	9:30~10:50
23日(水)	道の駅公方の郷 なかがわ	那賀川町	12:40~14:00
	国土交通省 四国地方整備局 那賀川河川事務所	領家町	14:40~16:10

※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



栄養講座「野菜たっぷり！ ヘルシーバランス食」

日時 10月28日(月) 10:00~13:00

場所 羽ノ浦公民館

対象 市内在住の40歳以上の方

定員 30人

内容 講義と調理実習

参加費 400円(調理実習費として)

申込締切日 10月18日(金)

☎保健センター(☎22-1590)へ

今日から始めるウォーキング教室 ~あなん健康増進ロードを歩こう！~

講師 健康運動指導士 仁木哲哉さん

対象 おおむね65歳以上の方で3回すべてに参加できる方

定員 各会場25人(先着順)

持参物 上履き(講習会のみ)、帽子、タオル、飲み物、健康手帳(お持ちの方)、
外用運動靴(11月7日)

申込締切日 10月7日(月)

☎保健センター(☎22-1590)へ

	内 容	スポーツ総合センター	那賀川スポーツセンター
第1回	講習会 正しいウォーキングを 知ろう!	16日(水) 10:00~11:30 (受付9:30~)	18日(金) 10:00~11:30 (受付9:30~)
第2回	講習会 体力に合ったウォーキング とは?	23日(水) 13:30~15:00 (受付13:00~)	25日(金) 10:00~11:30 (受付9:30~)
第3回	ウォーキング いざ実践!あなん 健康増進ロードを歩こう!	11月7日(水) 10:00~11:30 スポーツ総合センター集合(受付9:30~)	

かもだ岬温泉保養センター

【10月の休館日】
7日(月)、15日(火)、21日(月)、
28日(月)

☎かもだ岬温泉保養センター
(☎21-3030)へ