



健康相談 (体組成測定)

日時 2月7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
 〇 保健センター (☎22-1590) へ



達者でおろな健康教室

対象 おおむね65歳以上の方
内容 血圧測定、検尿、阿波踊り体操、
 講話「寒くても身体を動かし、筋力
 アップ!」講師：理学療法士
持参物 健康手帳 (無い方は交付します)

2月の日程		場 所
4日(火)	10:00~11:30	新野公民館
	13:30~15:00	宝田公民館
5日(水)	10:00~11:30	中野島公民館上中分館
10日(月)	10:00~11:30	福井町総合センター
	13:30~15:00	長生公民館
12日(水)	10:00~11:30	那賀川社会福祉会館
	13:30~15:00	加茂谷総合センター
14日(金)	10:00~11:30	桑野コミュニティセンター
	13:30~15:00	羽ノ浦公民館
18日(火)	10:00~11:30	中林ふれあい会館
24日(月)	10:00~11:30	大野老人憩いの家
	13:30~15:00	橘町総合センター
25日(火)	10:00~11:30	椿公民館
	13:30~15:00	椿泊老人憩いの家

かもだ岬温泉保養センター

【2月の休館日】

3日(火)、10日(月)、17日(月)、
24日(月)

〇 同センター (☎21-3030) へ

実施日	採血場所	所在地	採血時間
5日(水)	南部テクノスクール	桑野町	9:30~10:50
	日亜化学工業(株) 新野工場	新野町	11:30~13:00
13日(木)	フジグラン 阿南	領家町	10:00~12:30
19日(水)	南部総合県民局 阿南庁舎	富岡町	9:30~11:00
	阿南医師会中央病院	宝田町	12:40~14:10
	国土交通省 四国地方整備局 那賀川河川事務所	領家町	15:00~16:30

✦ 献血にご協力を (2月)



※ 400ml 献血のみの実施です。
 ※ 一般の方もご協力ください。
 〇 徳島県赤十字血液センター
 (☎088-631-3200) へ

乳がんを予防するための講演会

日時 2月12日(水) 13:30~15:00
 (受付 13:00~)
場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール
内容 「乳がん検診について」
講師 とくしま未来健康づくり機構
 医長 小笹皓雅さん
 ※ 入場無料・申込不要
 〇 保健センター (☎22-1590) へ



平成26年度「サポートママ」募集

こどもたちが好きな方で、乳幼児健診や相談の場で子育て中のお母さん方を、サポートして下さるボランティアを募集しています。希望される方は、電話でお申し込みください。

募集期間 2月3日(月)~28日(金)
 〇 保健センター (☎22-1590) へ

健康とくしま“ウォーキング・ラリー”事業 ~阿南の町あるきを楽しんで、 メタボ・ロコモ予防にチャレンジ~

日時 2月23日(日) 9:45~(受付9:15~)
集合場所 牛岐城趾公園
コース 阿南公園を往復します
参加費 300円 ※ボール貸出200円
申込方法 電話またはファクシミリでお申し込みください。ファクシミリの場合は、住所、氏名、年齢、電話番号を記入して送信してください。
申込締切日 2月22日(土)
 〇 全日本ノルディック・ウォーク徳島県支部準備室 (☎088-669-6223・FAX 088-642-5003) へ

阿波踊り体操教室

日時 2月14日(金) 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、
 健康手帳 (無い方は交付します)
 〇 保健センター (☎22-1590) へ

がん検診のご案内

■胃がん肺がん検診 (申込不要)

実施日 2月13日(休)
受付 9:00~10:00
場所 ひまわり会館
内容 胃がん、肺がん
 検診

今年度
最後の
集団検診

■婦人がん検診

実施日 2月25日(火)
受付 9:00~10:00、13:30~14:30
場所 ひまわり会館
内容 乳がん (要予約・保健センターへ)、骨粗しょう症検診

医療機関での婦人がん検診

診察時間内において3月末まで受診することができます。

■子宮頸がん検診 (2年に1回)

場所 阿南共栄病院 (要予約)
 阿南医師会中央病院 (要予約)
 木下産婦人科内科医院
 森本内科胃腸科
対象 20歳以上の女性の方

■乳がん検診 (2年に1回)

場所 阿南共栄病院 (要予約)
 阿南医師会中央病院 (要予約)
対象 40歳以上の女性の方

※ 子宮頸がん・乳がん検診は市外指定医療機関でも受診できますが、問診票が必要です。

〇 保健センター (☎22-1590) へ