



こころの健康教室

「身近な落とし穴 ～アルコール・薬物・ギャンブル・インターネットの危険～」

ストレス解消にアルコールやギャンブル、楽しいはずのインターネット、今話題の危険ドラッグ…でも実は、身体を壊したり、経済的問題を引き起こしたりと、さまざまな問題の落とし穴に陥りそうになります。今回の落とし穴に落ち込んでしまいそうな方々を救い出す方法を教えていただきますよ！

日時 9月26日(金) 14:00～15:30 (受付13:30～)
場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール
講師 藍里病院 副院長 吉田精次さん
参加費 無料
☎ 保健センター (☎22-1590) へ

いのちの希望35周年記念大会 記念講演 「もうひとつの自殺予防 どう死ぬかはどう生きるか」 ～ピンピンコロリン運動～

日時 9月7日(日) 14:00～16:30
場所 あわぎんホール4階 大会議室 (県郷土文化会館/徳島市藍場町)
講師 徳島県自殺予防協会 名誉理事長 近藤治郎さん
入場料 無料
☎ いのちの希望 社会福祉法人徳島県自殺予防協会 (☎088-623-0444) へ

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、接種の勧めを控えていたことで、日本脳炎の予防接種の機会を逃した方を特例対象者とし、現在は公費負担で接種できるようになっています。

特例対象者
平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方
接種期間
20歳の誕生日の前日まで

接種回数
第1期3回、第2期1回(第2期は、第1期の接種を終えた9歳以上の方に接種することになっています)

対象年齢で未接種の方は、かかりつけ医に相談のうえ、委託医療機関で接種してください。なお、平成19年4月2日以降に生まれた方は、7歳6カ月未満までが無料の対象期間となります。

MR(麻しん風しん混合)予防接種はお済みですか？

以下の方はMR(麻しん風しん混合) 予防接種無料対象者です。
①生後12カ月～生後24カ月に至るまでの間にある方
②平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの方(平成27年3月31日までが接種期間となっています)
風邪などの冬の感染症が流行する前に、早めに接種しましょう。

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

日帰り人間ドックの受診者を追加募集します

【阿南医師会中央病院】
募集人数 男性1人、女性1人
受診日 平成27年2月10日(火)(女性)
平成27年2月12日(木)(男性)

【玉真病院】
募集人数 5人(男性・女性)
受診期間 平成26年10月～平成27年3月

【岩城クリニック】
募集人数 13人(男性・女性)
受診期間 平成26年10月～平成27年3月

【共通事項】
検査項目
●共通項目…問診、診察、身体計測、血液検査、便検査、尿検査、循環器検査、呼吸器検査、消化管検査(※)、眼科検査、聴力検査、腹部超音波検査など
●婦人科検診…甲状腺検査、子宮頸がん検診、乳がん検診(※) 消化管検査は胃カメラ検査または胃部X線検査を選択。阿南医師会中央病院は、男性は胃カメラ検査のみの実施。

個人負担額 13,000円
受診対象者

- ・阿南市国民健康保険被保険者で、平成26年4月1日から継続して加入している方
 - ・国民健康保険税を完納している(過年度分の滞納がない)世帯の方
 - ・申込み時、満30歳以上で、受診時、満74歳以下の方
- ※平成26年度に特定健診を受診された方または、特定健診を受診される予定の方は、特定健診とドックの両方の受診はできません。

申込方法 はがきに郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号、国民健康保険証の記号番号、医療機関名を明記のうえ、9月9日(火)までに郵送してください。(※当日消印有効)
※申込者数が各募集定員を超えた場合は、抽選になります。

申込み・問い合わせは
〒774-8501 富岡町トノ町12番地3
保険年金課 ドック担当 (☎22-1118) へ

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは
認知症サポーター養成講座で認知症について学び、正しい知識を持って、認知症の方やそのご家族の方たちを温かく見守り、支える人のことをいいます。

認知症サポーターになるためには
認知症について学ぶ講座である「認知症サポーター養成講座」を受講していただきます。サポーターの証としてオレンジリングをお渡します。

認知症サポーター養成講座を開催するには
阿南市では、認知症サポーターの輪を広げるために、さまざまな場所での認知症サポーター養成講座の開催を進めています。くわしくはお問い合わせください。

☎ 介護・ながいき課 いきがい支援係 (☎22-1793) へ



献血にご協力ください(9月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
6日(出)	富岡東高等学校	須家町	10:00～12:00
			13:00～16:00
19日(金)	南部テクノスクール	桑野町	9:50～11:10
			キョーエイ羽ノ浦店

※400ml献血のみの実施です。
※一般の方のご協力よりしくお願いします。
☎ 徳島県赤十字血液センター (☎088-631-3200) へ



犬猫の避妊・去勢手術費用の一部を助成します

受付期間 10月1日(水)～31日(金)(予定)
助成額 1頭につき5,000円
※犬は登録と今年度の予防注射を済ませていることが必要です。
※助成決定前に手術を受けた場合は対象外となります。くわしくは、広報あなん10月号でお知らせします。

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

高齢期からの筋力アップ体操「スロージョギングを知ろう！」

日時 9月16日(火) 10:00～11:30 (受付9:30～)
場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール
講師 徳島大学名誉教授 小原 繁さん
対象 おおむね65歳以上の方で運動制限のない方
持参物 室内用運動靴、タオル、飲み物、健康手帳(無い方は交付します)
定員 20人程度
申込締切日 9月9日(火)

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

阿波踊り体操教室

日時 9月11日(木) 10:00～11:30
場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール
講師 徳島大学 大学開放実践センター 教授 田中俊夫さん
対象 運動制限のない方(年齢制限なし)
持参物 飲み物、タオル、健康手帳(無い方は交付します)

あなたのまちで阿波踊り体操をしてみませんか？

阿波踊り体操指導員があなたのまちにお伺いします。くわしくは、お問い合わせください。

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

集団検診のご案内

検診内容 胃がん・肺がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診・大腸がん(要予約。検診当日以外の採便容器の提出はできません。)

検診日程
9月 2日(火) ひまわり会館
19日(金) 那賀川社会福祉会館
30日(火) ひまわり会館★
10月 7日(火) ひまわり会館★
13日(祝) 羽ノ浦公民館
28日(火) ひまわり会館★

★印の会場のみ歯周疾患検診を実施。
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。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

婦人がん検診のご案内

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
※那賀川社会福祉会館の午後のみ子宮頸がん検診を実施。
検診日程 9月20日(出) 那賀川社会福祉会館
27日(出) ひまわり会館
受付時間 9:00～10:00
13:00～14:30

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

栄養講座 「野菜たっぷり! ヘルシーバランス食」

日時 9月12日(金) 10:00～13:00
場所 那賀川社会福祉会館
対象 市内在住の40歳以上の方
内容 講話と調理実習
参加費 400円(調理実習費)
定員 30人
申込締切日 9月5日(金)

☎ 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、防災士による防災の講話(内容は変更する場合があります)
持参物 健康手帳(無い方は交付)

9月の日程		場所
2日(火)	10:00～11:30	新野公民館
	13:30～15:00	宝田公民館
8日(月)	10:00～11:30	福井町総合センター
	13:30～15:00	長生公民館
9日(火)	10:00～11:30	中林ふれあい会館
10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
22日(月)	10:00～11:30	大野老人憩いの家
	13:30～15:00	橋町総合センター
24日(水)	10:00～11:30	中野島公民館上中分館
26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
30日(火)	10:00～11:30	橋公民館
	13:30～15:00	橋泊老人憩いの家

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

かもだ岬温泉保養センター 【9月の休館日】

1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)
☎ かもだ岬温泉保養センター (☎21-3030) へ