



がん検診のお知らせ

■胃がん肺がん検診

※今年度最後の集団検診です
 検診日2週間前までに総合健診センター
 (☎088-678-7128)へ申し込みすると、
 がん検診の問診票がご自宅へ届きます。
 なお、申込みなしに当日受診することも
 できます。

期日 2月3日(火)
 受付 9:00~10:00
 場所 ひまわり会館
 内容 胃がん・肺がん検診

■婦人がん検診

期日 1月27日(火)
 受付 9:00~10:00、13:00~14:30
 場所 ひまわり会館
 内容 乳がん(要予約)・骨粗しょう症検診

■がん検診推進事業「無料クーポン券」の有効期限は2月末まで

※以下の対象者には昨年の6月末頃に無料
 クーポン券を郵送しています。

子宮頸がん検診対象者

平成25年4月2日~平成26年4月1日
 の間に20歳に達した女性

平成21年度~平成24年度の無料クーポン
 券該当者のうち40歳までの未受診の女性

乳がん検診対象者

平成25年4月2日~平成26年4月1日
 の間に40歳に達した女性

平成21年度~平成24年度の無料クーポン
 券該当者のうち60歳までの未受診の女性

※クーポン券を紛失した方は、再発行でき
 ますのでお問い合わせください。

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

講演会 知っておきたい目の病気

日時 1月21日(水) 14:00~15:30
 (受付13:30~)

場所 富岡公民館2階 大ホール

講師 島内科眼科医院

副院長 島 裕美さん

内容 白内障、緑内障、糖尿病性網膜症等
 の症状、治療について

※入場無料、申込不要

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

かもだ岬温泉保養センター

元旦は午前7時に開館します！
 蒲生田岬で初日の出を見たあと、温泉
 でのんびり心と体を癒やしませんか。

【1月の休館日】5日(月)、6日(火)、
 7日(水)、13日(火)、19日(月)、26日(月)

☎ かもだ岬温泉保養センター
 (☎21-3030) へ



献血にご協力ください(1月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
15日(木)	阿南消防本部	辰己町	9:30~10:30
	徳岡部機械工業	津乃峰町	12:00~13:00
	キョーエイ羽ノ浦店	羽ノ浦町	14:00~16:30

※400ml 献血のみの実施です。
 ※一般の方のご協力をお願いします。

☎ 徳島県赤十字血液センター
 (☎088-631-3200) へ



高齢期からの筋力アップ体操「笑いヨガで健☆活しよ!」

対象 2日とも参加できる方で、おおむね
 65歳以上・運動制限のない方

日時 ①1月30日(金) 13:30~14:30
 ②3月3日(火) 13:30~15:00
 (受付は両日とも13:00~)

場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール

講師 ①中瀬医院院長 中瀬勝則さん
 ②笑いヨガティーチャー 岩野沙織さん

定員 30人程度(要申込み)

持参物 飲み物、タオル、運動靴、健康手
 帳(無い方は交付します)

申込締切日 1月23日(金)

☎ 保健センター (☎22-1590) へ

健康講演会

「認知症を知って安心して暮らすには」

日時 1月16日(金) 10:00~12:00
 (受付9:30~)

場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール

内容 ●基調講演

「認知症ってどんな病気？」

徳島県立中央病院 大森隆史さん

●関係機関からのお知らせ

「自宅で過ごすには」

(社)認知症の人と家族の会

徳島県支部 世話人 小川洋子さん

「介護の困り事、心配事の相談窓口」

阿南高齢者お世話センター職員

※入場無料・申込不要

☎ 保健センター (☎22-1590) へ



阿波踊り体操教室

対象 運動制限のない方(年齢制限なし)

日時 1月8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)

持参物 飲み物、タオル、
 健康手帳(無い方は交付します)

☎ 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「楽しくレクリエーション」
 講師：障害者スポーツ指導員

持参物 健康手帳(無い方は交付)

1月の日程		場 所
6日(火)	10:00~11:30	新 野 公 民 館
	13:30~15:00	宝 田 公 民 館
13日(火)	10:00~11:30	中林ふれあい会館
14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
19日(月)	10:00~11:30	福井町総合センター
	13:30~15:00	長 生 公 民 館
23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
26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
27日(火)	10:00~11:30	椿 公 民 館
	13:30~15:00	椿泊老人憩いの家
28日(水)	10:00~11:30	中野島公民館上中分館

☎ 保健センター (☎22-1590) へ