



献血にご協力ください(4月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
9日(日)	フジグラン阿南	領家町	10:00~12:00
			13:00~16:30
27日(木)	藤シャイネックス	大湯町	10:00~11:00
	新日本電工株徳島工場	橋町	14:30~16:30

※ 400ml 献血のみの実施です。
 〇 徳島県赤十字血液センター
 (☎088-631-3200) へ

かもだ岬温泉保養センター

〈4月の休館日〉

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)
 〇 かもだ岬温泉保養センター
 (☎21-3030) へ

～春です!ウォーキングを始めませんか?～

阿南健康完歩マップ・積立貯筋通帳を活用しましょう!

平成17年度から「生き生き市民の元気になるなるウォーキング」をキャッチフレーズに、阿南健康完歩マップと積立貯筋通帳を配布して、体力づくりと健康維持を呼びかけています。

●阿南健康完歩マップ

市内に設定された16カ所のウォーキングコース(1コース10km)や、初心者でも安心して歩けるよう、コース周辺にあるトイレや休憩所の位置などを紹介。

●積立貯筋通帳

各コースを完歩するごとにスタンプを1回押し、120スタンプためて満期になると健康増進の認定証と記念品が贈られます。(※あなん健康増進ロードは2巡で1スタンプ)満期の総距離は、四国八十八箇所を徒歩で巡った距離(約1,200km)と同じです。

●通帳、マップ、スタンプ設置場所 各公民館、住民センター、保健センター

〇 保健センター (☎22-1590) へ

平成29年度予防接種のお知らせ

予防接種名	対象者		接種場所
H i b 感染症	生後2カ月から生後60カ月(5歳)に至るまでの間にある方		委託医療機関 ※詳細は市ホームページに掲載
小児の肺炎球菌感染症	生後2カ月から生後1年に至るまでの間にある方		
B型肝炎	生後3カ月から生後1年に至るまでの間にある方		
B C G	第1期	生後3カ月から生後90カ月(7歳半)に至るまでの間にある方	
四種混合 (ジフテリア・破傷風・百日せき・ポリオ)	生後3カ月から生後90カ月(7歳半)に至るまでの間にある方		
不活化ポリオ	生後3カ月から生後90カ月(7歳半)に至るまでの間にある方		
水痘(水ぼうそう)	生後12カ月から生後36カ月(3歳)に至るまでの間にある方		
MR(麻しん風しん混合)	第1期	生後12カ月から生後24カ月に至るまでの間にある方	
	第2期	平成23年4月2日から平成24年4月1日生まれの方(いわゆる年長児に相当) ※平成30年3月31日まで	
日本脳炎	第1期	生後6カ月から生後90カ月(7歳半)に至るまでの間にある方	
	第2期	9歳以上13歳未満の方	
	特例対象者	平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの方は1期、2期共に20歳まで接種できます 平成19年4月2日から平成21年10月1日生まれの方は1期、2期共に9歳から13歳まで接種できます	
ジフテリア・破傷風二種混合(DT)	第2期	11歳以上13歳未満の方	
ヒトパピローウイルス感染症 (子宮頸がん予防ワクチン)	中学校1年生から高校1年生相当の女子 ※平成25年6月から積極的な接種勧奨を差し控えています		

※三種混合が完了できていない場合は、四種混合による接種を勧めています。

※転入および予防接種票を紛失された方は、再交付しますので、母子健康手帳をお持ちのうえ、保健センターへお越しください。

〇 保健センター (☎22-1590) へ

総合型地域スポーツクラブ サンアリーナスportsクラブ 会員募集

募集期間 3月28日(火)~平成30年2月28日(火) 活動期間 4月1日(出)~平成30年3月31日(出)

年会費 高校生以上4,200円(継続者は3,200円)、中学生以下1,800円 ※活動費(月額)も必要です。

申込方法 申込書(スポーツ総合センター備え付け)を提出してください。

申込み・問い合わせは 阿南市スポーツ総合センター (☎22-2300) へ ※平日9:00~17:00 月曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌日が休み)

■スポーツ総合センター(対象:一般男女)

プログラム名	活動日時	コース・活動費(月額)
バウンドテニス	水・木(隔週)・金曜日 13:30~17:00	フルコース2,000円/月 4回コース900円/月 10回コース1,500円
健康ソフトテニス	水・金曜日 9:30~12:00	フルコース2,000円/週 2回コース1,600円/週 1回コース1,000円
卓球	平日(休館日以外) 13:00~17:00	フルコース2,000円/週 4回コース1,000円/週 1回コース500円
エアロビクス	火曜日(場合により木曜日) 13:30~14:30	フルコース2,000円

■阿南工業高等学校体育館(対象:小学2年生~中学生)

プログラム名	活動日時	コース・活動費(月額)
ジュニア男子バレーボール	火・金曜日 18:30~20:00	900円

※フルコースは、ジュニア男子バレーボール以外の全てのプログラムで活動できます。