



## 保健センターからのお知らせ



### 献血にご協力ください(12月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
24日(木)	阿南警察署	富岡町	9:30~11:00
	(株)岡部機械工業	才見町	12:00~13:30
29日(火)	ショッピングプラザ アピカ	西路見町	10:15~12:00
			13:00~16:00

※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

### 阿波踊り体操教室 (完全予約制)

日時 12月11日(金)  
 ①10:00~10:30(受付9:45~)  
 ②11:00~11:30(受付10:45~)  
 ※各教室先着8人です。

場所 健康づくりセンター2階 健康広場  
 講師 あなん阿波踊り体操愛好会  
 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、マスク(着用)、健康手帳(無い方は交付します。)

★事前にご予約ください。  
 開始前に健康チェックをします。  
 風邪様症状等がある方は参加を控えてください。キャンセルの電話は前日までをお願いします。

### 令和2年度高齢者の肺炎球菌 感染症予防接種について

対象者 令和2年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

※過去にこの予防接種を受けたことがある方は対象外です。

接種期間 令和3年3月31日(火)まで  
 接種費用 4,000円(生活保護を受給されている方は無料)

持参物 接種費用・予診票・接種済証をお持ちの上、医療機関へ事前に予約をしてから、受けてください。

※接種を希望される方は、保健センターまでご連絡ください。

### 麻しん風しん混合(MR) 予防接種はお済みですか?

定期の予防接種対象者

第1期:生後12カ月~生後24カ月に至るまでのお子さん  
 第2期:平成26年4月2日~平成27年4月1日までに生まれたお子さん  
 (第2期は令和3年3月31日(火)までが接種期間となっています。)  
 ※接種費用は、無料です。

### 医療機関での大腸がん検診

実施期間 12月15日(火)まで(診療時間内)  
 実施場所 市内医療機関  
 検査内容 便潜血反応(2日間検便)  
 検診に必要なもの がん検診等受診券(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)

### 医療機関での無料子宮頸がん・乳がん検診 **2年に一度**

実施期間 令和3年3月31日(火)まで(診療時間内)  
 実施場所 県内指定医療機関

※詳しくは市ホームページ「令和2年度がん等の検診」内の「広域子宮頸がん・乳がん検診実施機関」をご確認いただくか、保健センターまでお問い合わせください。

【検診実施機関はこちらの2次元コードからもご確認いただけます。】

検診に必要なもの

- 問診票(市外指定医療機関で受診される場合のみ、必ず健康づくりセンターへ取りにお越しください。)
- がん検診等受診券(6月末に郵送済み)
- 健康保険等被保険者証



## 問い合わせ 保健センター ☎22-1590

### エイズ相談・検査

HIVは非常に感染力の弱いウイルスですが、「誰もがかかる」可能性があります。阿南保健所では、HIV感染に不安のある方が相談・検査できる機会としてエイズ検査を毎月第2・第4月曜日11:00~12:00に実施しています。

12月1日は世界エイズデーとなっています。この機会にぜひお越しください。

12月の実施日時  
 12月14日(月)、28日(月)  
 11:00~12:00

場所 阿南保健所2階 予診室  
 ※匿名・無料・予約不要です。  
 ※採血後、約30分で結果が判明します。  
 徳島県阿南保健所 ☎28-9874

### 住み慣れた地域の介護施設ではたらいってみませんか

徳島県社会福祉協議会では、あらゆる世代を対象としたトライアル雇用の参加者を募集しています。仕事内容は、事務・調理・清掃・利用者の話し相手等です。専門的な介護業務には従事しません。研修期間は、2カ月間。(研修期間終了後、相談の上、継続雇用もあり。)無資格・未経験でも参加できます。勤務時間は、短時間・フルタイムでも参加可(要相談)。時給制。まずは2カ月間のトライアル雇用からはじめてみませんか。

近隣の対象施設  
 特別養護老人ホーム阿南荘  
 (宝田町今市金剛寺43番地 ☎22-5656)  
 ※この事業の詳細な内容は、2次元コードを読み取り、ご覧ください。  
 徳島県社会福祉協議会  
 ☎088-625-2040



### お酒で悩んでいませんか? 巻き込まれていませんか? 《お酒に関する相談・例会》

お酒は1人ではやめられません。やめるにはお酒に関する理解と仲間が必要です。一度、相談・例会の見学に来てみませんか。

日時・場所

12月 9日(水) 18:30~20:30  
 羽ノ浦地域交流センター

12月11日(金) 18:30~20:30  
 ひまわり会館3階  
 くつろぎの間

12月25日(金) 18:30~20:30  
 ひまわり会館3階  
 くつろぎの間

例会の内容 今月のテーマ「断酒の危機」  
 ※県内他会場でも実施しています。下記へお問い合わせください。  
 徳島県NPO法人徳島県断酒会事務局  
 ☎088-641-0737