



お酒に関する相談・例会について

お酒で悩んでいませんか。巻き込まれていませんか。一度、相談・例会の見学に来てみませんか。

日程 ▶8月12日(水) 18:30~20:30
羽ノ浦公民館
▶8月14日(金) 18:00~20:00
ひまわり会館
▶8月28日(金) 18:00~20:00
ひまわり会館

例会の内容 今月のテーマ「断酒優先」
※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。

☎ NPO法人 徳島県断酒会事務局
☎088-641-0737

みんなで熱中症対策

暑さ指数や熱中症アラートなどを参考にし、自分の体調の変化に気をつけて行動するとともに、周囲に気を配り呼びかけあって熱中症対策をしましょう。

熱中症の症状

めまい、立ちくらみ、筋肉痛、大量の発汗、筋肉のこむらがえり、生あくび

↓
(症状がすすむと)

頭痛、嘔吐、虚脱感、倦怠感、集中力低下、判断力低下

予防のために

①暑さを避ける

- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調整
- ・外出時には、日傘や帽子を着用し、こまめな休憩を
- ・「熱中症(特別)警戒アラート」発表時には不要不急の外出を控える

②こまめに水分を補給する

- ・のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分、塩分補給を

★自力で水が飲めない、応答がおかしいときはためらわずに救急車を呼びましょう。

集団検診が始まっています

※完全予約制で、当日受付はできません。定員があります。検診日の3週間前までに総合健診センター☎088-678-3557(受付:平日8:30~16:00)へご予約ください。

2次元コードからも申し込みできます。



検診日程、内容(9月実施分)

▶9月17日(木) 健康づくりセンター(8:30~11:30)
胃・肺・大腸・前立腺がん検診、歯周病検診・肝炎ウイルス検査・特定健診
▶9月18日(金) 健康づくりセンター(8:30~11:30、13:00~15:00)
肺・大腸・乳がん検診、骨粗しょう症検診

※詳しくは広報あなん7月号またはがん検診等受診券をご覧ください。

※順次予約を受け付けているため、ご予約時に定員に達している場合があります。ご了承ください。

※レベル3大雨警報、レベル3氾濫警報、暴風警報のいずれかが発令時、集団検診が中止になる場合があります。

2年に1度無料で婦人がん検診が受けられます

本市では、対象者の方に検診費用の自己負担を無料にしています。

自己負担無料の対象者

子宮頸がん 20歳以上の女性
乳がん 40歳以上の女性

実施期間 令和9年3月31日まで

実施場所 県内指定医療機関

※予約方法、診察時間はホームページまたは2次元コードから指定医療機関を確認し、各医療機関へお問い合わせください。

※検診票は各医療機関にあります。



日本脳炎予防接種について

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスにより発生する疾病で、蚊を媒介して感染し、感染した100人~1,000人に1人が脳炎症状を発症すると報告されています。

日本脳炎ウイルスの存在は、西日本を中心に広い地域で確認されています。蚊に刺される機会が多い季節ですので、体調の良いときに、医療機関に予約の上、早めに接種しましょう。

【第1期】

対象者 生後6カ月から7歳6カ月未満までに3回接種

※3歳になる月に予診票を送付

【第2期】

対象者 9歳から13歳未満までに1回接種
※小学4年生の春に予診票を送付

【特例措置】

平成17年度から平成21年度にかけて接種勧奨の差し控えにより、接種の機会を逃した方に特例が設けられています。

対象者 平成7年4月2日~平成19年4月1日生まれで20歳未満の方

接種期間 20歳の誕生日前日まで

接種回数 第1期3回、第2期1回の未接種分

※予診票の再交付を希望される方は母子健康手帳をお持ちの上、保健センターまでお越しください。

献血にご協力ください(8月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
11日(祝)	ショッピングプラザ アピカ	西路見町	10:15~12:00 13:30~16:00

※400mL献血のみの実施です。

☎ 徳島県赤十字血液センター

☎088-631-3200

問い合わせ

保健センター ☎22-1590

デジタルなんでも相談室を開催します

スマホの安全な使い方やSNSの交流方法などで悩んでいませんか。



開催日	時間	場所	申込期間
8月6日(木)	10:00 ~ 10:30	10:30 ~ 11:00	8月3日(月)~5日(水) 9:00~17:00 ※各時間帯2人まで
	11:00 ~ 11:30	11:30 ~ 12:00	
	14:00 ~ 14:30	14:30 ~ 15:00	
	15:00 ~ 15:30	15:30 ~ 16:00	

持参物 お使いのスマートフォンやタブレット端末など 参加料 無料(どなたでも参加できます)

※悪天候の場合は、中止となることがあります。

申し込み・問い合わせ DX推進課 ☎24-8024