



保健センターからのお知らせ

本年度のがん検診はお済みですか 9月は「がん征圧月間・健康増進普及月間」です
一部の検診は9月末で受診期間が終了します

令和8年 7月		9月末：12月15日	令和9年 2月末：3月末
乳がん	市内	阿南医療センター、岩城クリニック	
	市外	※1	
子宮頸がん	市内	阿南医療センター	
	市外	※1	
胃がん	バリウム	※2	
	内視鏡	阿南医療センター、和田胃腸科内科医院、ふじの内科クリニック	
大腸がん	市内	※2	
	市外	※1	
前立腺がん 肝炎ウイルス	市内	※2	
	市外	※1	

※1 乳がん、子宮頸がん、胃内視鏡検診の実施医療機関についてはホームページをご覧ください。

※2 胃バリウム、大腸がん、前立腺がん検診などの市内実施医療機関については保健センターへお問い合わせください。

〇留意点について

【医療機関で内視鏡による胃がん検診(胃カメラ検査)を受ける場合】

受診前に検診票を保健センターへ必ず取りに来てからご予約ください。

【集団検診を受ける場合】

①完全予約制です。(人数制限あり)

検診日の3週間前までに総合健診センター(受付：平日8:30～16:00 ☎088-678-3557)へご予約ください。

2次元コードを読み込み、阿南市けんしん予約システムからの申し込みも可能です。

阿南市けんしん予約システム⇒

②10月実施予定の集団のがん検診

※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発令時、集団検診が中止になる場合があります。



日 程	場 所	時 間	項 目
10月22日(休)	那賀川スポーツセンター	9:00～11:00 13:00～15:00	胃・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、特定健診(午前のみ)、 肺・大腸・乳・子宮頸がん検診、骨粗しょう症検診
10月29日(休)	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・肝炎ウイルス検診、 特定健診
10月30日(金)	健康づくりセンター	8:30～11:30 13:00～15:00	大腸・乳がん検診、骨粗しょう症検診
10月31日(土)	健康づくりセンター	8:30～11:00 13:00～15:00	胃・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、特定健診(午前のみ)、 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。

こころの健康講演会

日時 10月22日(休) 14:00～15:40
場所 健康づくりセンター2階
テーマ 「疲れてしまった私のこころ」のトリセツ—元気な自分を取り戻そう—
講師 なかむらクリニック
院長 中村公哉さん
定員 30人程度(予約制)
参加費 無料
申込締切日 10月20日(火)
※講演終了後、希望者はストレス測定できます。

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・場所

- ▶9月 9日(火) 18:30～20:30
羽ノ浦公民館
- ▶9月11日(金) 18:00～20:00
ひまわり会館
- ▶9月25日(金) 18:00～20:00
ひまわり会館

例会の内容 今月のテーマ「断酒の喜び」
※県内他会場でも実施しています。個別相談も受け付けます。お気軽に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

＋ 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(日) フジグラン阿南 領家町 9:30～12:00
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

健康相談を随時受け付けています

相談内容

次のような身体に関するお悩み事
・がんに関する悩みを相談したい
・食生活や自分に必要な栄養を知りたい
・健診を受けたが見方がわからない など
受付時間 平日9:00～16:30

HPV(ヒトパピローマウイルス：子宮頸がん予防)ワクチン ～小学6年生から高校1年生相当の「定期接種」の女子へ～

令和8年度は、平成22年4月2日～平成27年4月1日生の方が対象です。予診票は、小学6年生および中学1年生に個別送付しています。なお、高校1年生相当の方は令和9年3月31日までが公費による接種期限です。

本年度も歯周病検診が始まります

対象者 20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳(令和9年4月1日時点)
対象者には8月末に歯周病検診無料受診券が届きます。
期間 9月1日(火)～11月30日(月)
(診療時間内)
内容 歯と歯ぐきの隙間の深さを測る検査
場所 市内の歯科医院
費用 無料
※要予約

9月10日～16日は 自殺予防週間です

自殺は、その多くが「追い込まれた末の死」です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立など社会的な要因があることが知られており、決して特別な人の問題ではありません。WHO(世界保健機関)は「自殺はその多くは防ぐことのできる社会的な問題である」と明言しているように社会の努力で「避けることのできる死」であるというのが、世界の共通認識となっています。

〇ゲートキーパーを知っていますか。

「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことで、いわば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

「あなたにもできるゲートキーパーの行動」
〈気づき〉 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

〈傾聴〉 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

〈つなぎ〉 早めに専門家に相談するよう促す
〈見守り〉 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る
(厚生労働省ホームページより)

もし、あなたが
悩みを抱えていたら、
相談してみませんか。



まもろうよこころ

検索

中学3年生にピロリ菌検査(無料)事業を今年も実施します ～各ご家庭に、ピロリ菌検査希望調査書を郵送します～

1. 検査の実施について

対象 市内に住所を有する中学3年生

内容 尿検査

費用 無料

検査までの流れ

①ピロリ菌検査の希望調査書を各ご家庭に郵送

②希望者にピロリ菌検査(尿検査)容器の配布→検査実施(10月中旬)

2. 令和7年度の実績

受診率53.8%、うち陽性者2.8%

3. 検査の意義

胃がん患者の98～99%がピロリ菌感染者または感染既往者といわれています。ピロリ菌は服薬により除菌できます。若年者の時点で除菌を行い将来の胃がん発症リスクを軽減しましょう。

飼い犬・飼い猫の 不妊・去勢手術 費用の一部助成



受付期間 10月1日(木)～31日(土)

助成額 1頭につき5,000円

※犬は登録と本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。申請方法など詳しくは、広報あなん10月号でお知らせします。

～守りましょう～ 犬・猫と地域環境のためのルール

●犬・猫を捨てることは法律違反です

遺棄は法律により罰せられます。どうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探して譲り渡しましょう。また、飼い犬には登録が義務づけられています。

●犬の散歩には必ずリード(引き綱)を使いましょう

ノーリードでの散歩は周囲に不安を与え、咬傷事故につながるばかりでなく、犬が車道に飛び出して交通事故を誘発するなど、大変に危険です。

●猫の屋内飼育に努めましょう

鳴き声などの騒音やふん尿の放置は近隣の迷惑となります。自由に屋外に出すことは控え、家の中で飼いましょう。

●野良猫に無責任に餌を与えないでください

餌を与えるなら、猫の管理に責任を持ちましょう。餌は時間を決めて、容器を使って与え、食べ残しはすぐに片付けてください。ふん尿も放置せず処理しましょう。何よりも環境悪化を招く繁殖を防ぐため、不妊去勢手術を受けさせましょう。

阿波踊り体操教室

日時 9月28日(月) 10:00～11:00
(受付9:30～)

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)

定員 先着30人 参加費 無料

持参物 飲み物、タオル

※事前にご予約ください。開始前に血圧測定をします。なお、血圧が高い場合は、見学していただくことがあります。キャンセルの電話は当日までをお願いします。

知ってほしい!ワンヘルス!

—徳島県はワンヘルスを推進しています—



◆ワンヘルス

(One Health)とは?

動物から人へ感染する「動物由来感染症」は、人のかかる感染症の半数以上を占めています。また、この病原体を持つ野生動物、媒介生物などの生息域が、近年の森林破壊や気候変動で人の生活圏と重なってきて、人に感染する機会が増えています。「人の健康」を守るためには、「動物の健康」も「環境の健全性」も守る必要があります。この3つの健康を1つのものとして守っていくという考え方が「ワンヘルス」です。

●身近なワンヘルスの実践

◇人の健康を守る

・山に入るときは、肌を露出させず、虫よけスプレーなどを使う

・外出後、動物を触った後は手洗いをする

・薬を正しく服用する

◇環境の健全性を守る

・ゴミの分別、リサイクルをする

・必要のない電気は消す

・食品ロスを減らす

●動物との共生

◇いまどきの犬猫の飼い方

・不妊去勢手術 ・室内飼育 ・迷子札装着 ・マイクロチップ装着 ・ワクチン接種

◇野良猫ってなんとかならないの?

解決策は、地域猫活動の基本である不妊去勢手術をして、餌やトイレのお世話をする方法しかありません。外で暮らす猫の寿命は、長くて4～5年といわれています。

不妊去勢手術をして一代限りの命を見守る活動にご協力ください。

詳しくは、徳島県動物愛護

管理センターホームページへ

●関連イベント

「動物愛護のつどい」

日程 10月4日(日)

場所 第1会場：藍浜浜公園

第2会場：とくしま動物園

☎ 徳島県生活環境部安全衛生課

☎088-621-2229

