健康いきいき情報



✚ 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㈭	道の駅公方の郷なかがわ	那賀川町	9:30～11:00
	徳島県阿南合同庁舎	富岡町	13:00～14:00
	阿南医療センター	宝田町	15:00～16:30
30日㈬	ショッピングプラザアピカ	西路見町	10:15～12:00
			13:30～16:00

※400㎖献血のみの実施です。
※検診医の判断で献血をお断りすることがあります。

問 徳島県赤十字血液センター
☎0120－688－994

お酒に関する相談会・例会

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　12月9日㈬　18:30～20:30　羽ノ浦公民館
12月11日㈭　18:00～20:00　ひまわり会館
12月25日㈭　18:00～20:00　ひまわり会館
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。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。
問 NPO法人　徳島県断酒会事務局
☎088－641－0737

阿波踊り体操教室

日時　12月22日㈫　10:00～11:00(受付9:30～)
場所　健康づくりセンター2階
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　30人(先着順)
持参物　飲み物、タオル
※必ず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にお願いします。

問い合わせ
保健センター　☎22－1590

HPV(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日生まれの方が対象です。対象の方には、予診票を個人通知しています。予診票を紛失された方は再交付できますので、母子健康手帳をお持ちになり、保健センターまでお越しください。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。

令和8年度は、以下の方へ予診票を個人通知しています。
【4月送付】
①平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ(中学1年生)の女子
【8月送付】
②平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ(小学6年生)の女子

※詳細は市ホームページをご覧ください。

高齢者の帯状疱疹予防接種
令和8年度対象者の接種期限は令和9年3月末まで

令和7年4月から定期接種となりました。
令和8年度接種対象者
①令和8年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方
②60歳以上65歳未満の方であって、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいを有する方(医師に相談してください)
接種期限　令和9年3月31日㈫まで
ご注意
※①の対象者には、4月に予診票を個人通知しています。予診票を紛失された方は、接種期限内であれば再交付できます。
※定期接種の対象となるのは生涯に一度です。
※ワクチンは2種類あり、このうち不活化(組替え)ワクチンは2回接種で、通常2カ月の間隔をあけます。このため、接種を希望される方は、可能な限り12月末までに1回目を接種するよう、ご検討ください。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

栄養講座「高血圧と減塩～おいしく減塩するために～」

日時　1月22日㈭　10:00～13:00(受付9:30～)
場所　ひまわり会館
対象　市内在住の40歳以上の方
定員　16人(申込多数の場合は抽選)
内容　講義と調理実習・試食
参加費　無料
申込締切日　1月14日㈬
※必ず事前にご予約ください。

医療機関での大腸がん検診

実施期間　12月15日㈫まで(診療時間内)
実施場所　市内指定医療機関
検査内容　便潜血検査(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)
- 加入保険が分かるもの(マイナ保険証、資格確認書)
- 自己負担金

今年のがん検診はお済みでしょうか

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☎088－678－3557へご予約ください。
予約受付時間　平日8:30～16:00
※12月29日㈫～1月3日㈰は年末年始のためお休み
※阿南市公式LINEからも申し込み可能です。

日時　1月6日㈫　8:30～11:30
場所　健康づくりセンター
内容　胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診など

日時　1月26日㈫　8:30～11:00　13:00～15:00
場所　健康づくりセンター
内容　胃がん検診(午前のみ)、肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診(午前のみ)、乳がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検診(午前のみ)など

※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、予約時に空きがない場合もあります。ご了承ください。

令和8年度 阿南市子どもインフルエンザ予防接種費用一部助成事業

助成対象期間
10月1日㈭～12月31日㈭

接種対象者
接種日において市内に住所を有し、満1歳から小学校就学前の年齢にあるこども

助成金の内容
対象期間中1人2回まで、1回1,500円を限度に助成します。

申請方法など詳細は市ホームページをご覧ください。