

# 保健事業のご案内

- 「母子保健」のお問い合わせ  
福祉保健部 福祉保健課 ☎050(3381)5050
- 「献血・住民健康診査・健康相談・結果説明会・健康づくり講話」のお問い合わせ  
市民生活部 健康対策課 ☎050(3381)5141

## 母子保健 ～乳児相談・両親学級・乳幼児健診・予防接種～

事業名	実施日	時間	場所	備考
乳児相談	10日(金)	10:00～15:00	口之津保健センター	平成19年11月、 平成20年3月、7月生
	15日(水)	9:00～14:00	有家保健センター	
	21日(火)	9:00～14:00	布津保健センター	
	24日(金)	10:00～15:00	北有馬保健センター	
1歳6カ月健診	7日(火)	12:30～12:45(受付)	北有馬保健センター	平成19年1月～4月生
	16日(木)		有家保健センター	平成19年2月～3月生
2歳児歯科健診	29日(水)	12:30～12:45(受付)	有家保健センター	平成18年3月～4月生
3歳児健診	23日(木)	12:30～12:45(受付)	布津保健センター	平成17年3月～4月生
両親学級	30日(木)	19:00～21:00	布津保健センター	妊婦中の健康づくり・妊婦体験
BCG予防接種	1日(水)	12:40～13:00(受付) *接種時間 約1時間*	原城オアシスセンター	生後3～6カ月
	21日(火)		口之津保健センター	
	28日(火)		有家保健センター	
ポリオ予防接種	14日(火)	12:40～13:00(受付) *接種時間 約1時間*	口之津保健センター	生後3～90カ月
	17日(金)		布津保健センター	
	22日(水)		有家保健センター	
	30日(木)		原城オアシスセンター	

## 献血 ～献血で広がる みんなの思いやり、助け合いのこころ～

事業名	実施日	時間	場所	備考
献 血	9日(木)	9:30～11:00 12:20～15:30	西有家庁舎	献血は、たくさんの人々の善意によって支えられています。皆さんの献血に対する温かなご支援と積極的なご参加をお願いします。
	14日(火)		世紀の泉	
	24日(金)		口之津保健センター	
	28日(火)		加津佐保健センター	

## 住民健康診査 ～各健診の対象年齢や個人負担金等は、個別通知で確認してください～

事業名	実施日	時間	場所	備考
総合健診 [特定健診・健康診査・胸部検診・大腸がん検診・腹部超音波検査・胃がん検診等]	11日(土)～12日(日)	8:00～11:00(受付)	有家保健センター	40歳以上 ※腹部超音波検査 40歳以上(5歳さざみ)
特定健診 健康診査 [胸部検診・大腸がん検診]	7日(火)～12日(日)	12:30～14:30(受付)	有家保健センター	●特定健診:40歳～74歳の国民健康保険加入者 ●健康診査:75歳以上の後期高齢者医療対象者・40歳以上の生活保護世帯
胃がん検診	17日(金)	8:00～11:00(受付)	有家保健センター	40歳以上

## 健康づくり講話 \*13:00～14:00は、血圧測定・体組成測定・健康相談を行います

事業名	実施日	時間	場所	備考
健康づくり講話	16日(木)	14:00～15:00	口之津保健センター	「更年期障害について」 哲翁病院：哲翁 正博先生
	30日(木)	14:00～15:00	北有馬保健センター	「メタボリックシンドロームと糖尿病について」さとう内科医院：佐藤 克昭先生

## あなたの深刻な悩み、ご相談ください

辛い悩みだから。相談する人がいない、相談がしにくい。そんな時は早めに相談ください。きっと力になります。  
長崎いのちの電話 ☎095(842)4343(9:00～22:00)  
心の健康、身近な精神医療受診の相談  
福祉保健部福祉保健課 ☎050(3381)5050  
緊急な精神医療受診の相談 ☎0957(53)3982

## 南島原市健康づくり計画

# ひまわりプランだより No.17

市民生活部 健康対策課 健康政策班 ☎050(3381)5141



## 南島原市ウォーキングマップを作成します!

ひまわりプランでは、健康づくりの一環として「運動の習慣」に取り組んでいます。取り組みの1つとして、誰もが気軽にできる運動「ウォーキング」に着目し、多くの人楽しく取り組んでもらえるよう、ウォーキングマップを作成します。そこで、日頃皆さんが利用されているお勧めコースを募集しますので、あなたの自慢のコースをお知らせください。また、ウォーキングマップの作成にご協力いただける人を募集しています。一緒にウォーキングマップを作りませんか。



### ウォーキングコースをご紹介ください

- コースの条件
  - ①南島原市内のコースであること
  - ②車の往来が少ないこと
  - ③所要時間が30～60分であること
  - ④夜間の場合は明るく安全に歩けること
- 応募方法 応募用紙(健康対策課・各総合支所にあります)に、コース名、簡単なコース図(目安になる建物等)を記入して、健康対策課または各総合支所にお申し込みください。  
※紹介されたコースは後日調査に伺いますので、コースの案内をお願いします。  
※紹介していただいた全てのコースがマップになるとは限りません。

### ウォーキングマップ作成者を募集!!

- 一緒にコースを歩いて、マップ作成にご協力いただける人を募集します。  
コースの距離測定、写真撮影、簡単な地図の作成など「あなたができること」をお知らせください。
- 条件
  - ①コースを一緒に歩くことができる
  - ②体力に自信がある
  - ③車での移動ができる
  - ④ウォーキングに興味がある
- ※交通費・報酬等の支給はありません。
- 応募方法 健康対策課にお問い合わせください。

\*コース紹介・マップ作成者 応募期限…10月27日(月)\*

## 健康相談 ～血圧測定、体組成測定、食生活や健康面で気になることの相談など～

事業名	実施日	時間	場所	備考
健康相談	14日(火)	9:30～11:30	深江公民館	※簡単調理実習・食生活ミニ講座
	16日(木)		口之津保健センター	※簡単調理実習・食生活ミニ講座
	20日(月)		有家保健センター	
	20日(月)		加津佐保健センター	※運動指導士の指導あり
	21日(火)		北有馬保健センター	※簡単調理実習・食生活ミニ講座

## 結果説明会

事業名	実施日	時間	場所	備考
結果説明会	2日(木)～3日(金) 6日(月)～7日(火)	9:00～15:00	西有家保健センター	8月に西有家町あけぼの会館で特定健診を受けた人
	8日(水)～10日(金)		布津保健センター	8月に布津保健センターで特定健診を受けた人
	23日(木)～24日(金) 27日(月)～29日(水)		原城オアシスセンター	9月に原城オアシスセンターで特定健診を受けた人



こかね色染める夕日が秋告げる  
西有家中 幸英 著 楠田 晃子

ちきり雲空一面を散歩中 西有家中 幸英 著 六倉 沙希

