

健康診査・がん検診

内 容	日 付	時 間	場 所	お問い合わせ
胃がん、結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診	5/14 (土)	7:30 ~ 10:00 (受付時間)	米奥小学校体育館	健康福祉課 ☎22-3115
	6/1 (水)	7:30 ~ 9:30 (受付時間)	影野町民会館	
	6/2 (木)	7:30 ~ 9:30 (受付時間)	仁井田町民会館	
胃がん、結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診	5/26 (木)	8:30 ~ 9:30 (受付時間)	古城体育館	十和 町民生活課 ☎28-5112
結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診		13:30 ~ 14:00 (受付時間)	戸川生活改善センター	
胃がん、結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診	5/27 (木)	8:30 ~ 9:30 (受付時間)	十和体育館	
結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診		13:30 ~ 14:00 (受付時間)	大道体育館	
結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診	6/2 (木)	14:00 ~ 15:00 (受付時間)	大奈路体育館	大正 町民生活課 ☎27-0112
胃がん、結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診	6/9 (木)	8:30 ~ 10:00 (受付時間)	大正北ノ川多目的集会所	
結核・肺がん、大腸がん、若者健診、特定健診、後期高齢者健診		13:30 ~ 14:00 (受付時間)	打井川地域づくりセンター	

Child 子育て通信

健診・相談	日 付	時 間	場 所	お問い合わせ
赤ちゃん相談	6/1 (水)	13:30 ~ 16:00	窪川地域子育て支援センター	健康福祉課 ☎22-3115
4ヵ月児・7ヵ月児健診	5/18 (水)	対象者に個別通知	窪川地域子育て支援センター	
3歳6ヵ月児健診	5/25 (水)	対象者に個別通知	四万十町役場東庁舎	
4ヵ月児・7ヵ月児健診	6/15 (水)	対象者に個別通知	窪川地域子育て支援センター	
母乳相談	5/17 (火)	9:30 ~ 11:30	大正地域子育て支援センター	大正 町民生活課 ☎27-0112
	6/16 (木)	9:30 ~ 11:30	十和地域子育て支援センター	十和 町民生活課 ☎28-5112

無料

24時間年中無休
しまんと健康ホットライン

☎0120-788-410

▶健康・医療・介護・育児相談
▶医療機関情報の提供

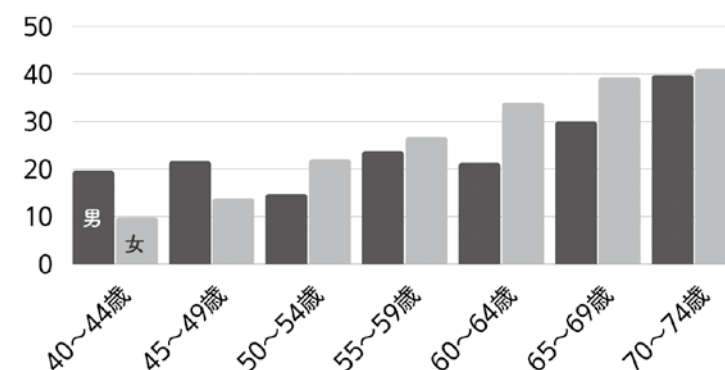
健康のしおり

令和3年度健診結果

年に1回、特定健診・がん検診を受けましょう！



特定健診は、生活習慣病やその前段階であるメタボリックシンドロームの予防や早期発見・改善することを目的に実施しています。

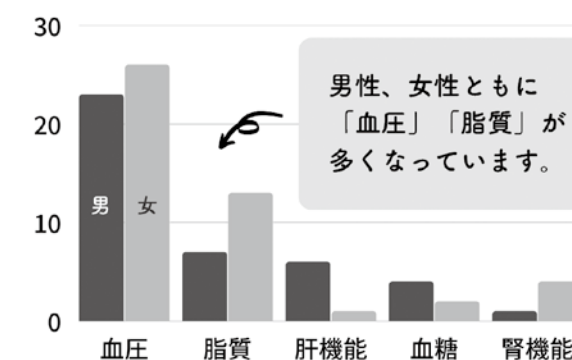


今年度の四万十町の特定健診受診率（令和4年2月時点）は32.4%で、うち男性は29.6%、女性は35.5%と女性の受診率が高くなっています。また、年代が上がると受診率が上昇しています。健診結果により、精密検査が必要な方には紹介状をお渡しして医療機関の受診を勧めています。



通院中の方も特定健診の対象です！

特定健診の検査項目は、普段の通院で受けている検査と内容が異なる場合があります。そのため、通院中の方も年1回は受診をお勧めしています。かかりつけ医に一度ご相談してみてください。



男性、女性ともに「血圧」「脂質」が多くなっています。



「何も症状がないから大丈夫！」と思いませんか？

生活習慣病の初期は、症状がありません。症状がないからといって、健診を受けないでいると、病気の発見が遅れたり、症状が進行して見つかる場合があります。自分の身体の状態を確認するためにも、年に1回は健診を受けてみませんか。



特定健診、がん検診を受けると健康パスポートのヘルシーポイントがもらえるよ。

【お問い合わせ先】 健康福祉課 ☎22-3115

5月病？春先はなぜだるい？



春は寒暖差が大きく、低気圧と高気圧が頻繁に入れ替わり気圧変動が大きい季節です。寒暖差に対応するため自律神経のバランスがくずれると、エネルギー消費が増え、疲れやだるさを感じやすくなります。また、就職や転勤、入学や進学といった環境の変化が多くストレスを感じやすい季節でもあります。ストレスをため込まないように、好きなことをしたり、好きなものを食べたりすることでストレスを解消することも良いようです。たまには羽目を外して四万十町の美味しい食材を思いっきり味わうのもいいのかもしれない。

5月の無料健康相談日
22・29日 予約不要
お気軽にお越しください！【お問い合わせ先】
調剤薬局技術センター
瀧口 英寛 ☎22-1000