

1月・2月・3月の助産師相談のお知らせ

子育て世代包括支援センターでは、妊娠・出産・子育てなどについて助産師による相談を実施しています。気軽に相談してください。予約制となっていますので、事前に日時を連絡してください。



<対象者> 妊産婦および新生児や乳児の保護者

<日時>	1月	5日(木)	12日(木)	16日(月)	26日(木)
	2月	2日(木)	6日(月)	16日(木)	20日(月)
	3月	2日(木)	6日(月)	16日(木)	20日(月)

※日時は変更となる場合があります。

<時間> ①9時 ②10時 ③11時 ④13時 ⑤14時 ⑥15時

<実施場所> 子育て世代包括支援センター(市役所本館1階 健康推進課内)

<内容> ○妊娠期の生活について ○出産や産後に向けての準備
○乳児の身体計測 ○授乳方法の指導 など

<費用> 無料

●問い合わせ・予約先 **子育て世代包括支援センター(健康推進課内)**
☎22-2268 FAX22-2245

家族介護教室参加者募集

介護の知識を学び、介護をする者の負担軽減や、介護について理解を深めるための教室です。

<定員> 20人 <参加料> 無料

<申込方法> 長寿いきがい課(本館2階)、各支所(川島・山川・美郷)で申し込みください。
*各開催事業所でも申し込みできます。

<申込期限> ○吉野川リハビリセンター 令和5年1月6日(金)まで
○デイセンターアルル 令和5年1月31日(火)まで

開催場所	第1回	第2回
吉野川リハビリセンター 川島町川島106番地2 ☎26-3010 申込期限 令和5年1月6日まで	令和5年1月22日(日) 午前10時~12時	令和5年2月5日(日) 午後2時~4時
	内容(予定) ・福祉用具の理解と正しい姿勢 ・転倒予防の筋力訓練	・高齢者の体と栄養補給(嚥下能力・誤飲リスクなど) ・とろみ剤や栄養補助食品の試食など
デイセンターアルル 鴨島町内原46番地3 ☎24-3888 申込期限 令和5年1月31日まで	令和5年2月18日(土) 午後2時~4時	令和5年2月25日(土) 午後2時~4時
	内容(予定) ・介護保険制度で利用できるサービスや施設の種類 ・在宅での自立支援(福祉住環境)やボディメカニクスを活用した移乗などの介助技術 ・認知症の理解と接し方	・高齢者の栄養と食事、調理の工夫 ・自宅のできる感染症予防

★マスクの着用やアルコール消毒・検温にご協力ください。★動きやすい服装でお越しください。

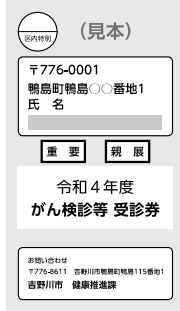
●問い合わせ・連絡先 **長寿いきがい課** ☎22-2264 FAX22-2260

がん検診 無料クーポンの有効期限がわずかです!!

若い世代のがんの
早期発見・早期治療のため、
検診料金を免除する制度です



(受診券イメージ)



無料クーポン券の有効期限は
**令和5年
2月28日(火)
まで!!**

がん検診無料クーポン券は、5月下旬に対象の方に『令和4年度がん検診等受診券』を個別通知しています(公印が印刷されています)

●今年度無料クーポン対象の方

乳がん無料クーポン対象者	子宮がん無料クーポン対象者
昭和56年4月2日~昭和57年4月1日生まれ	平成13年4月2日~平成14年4月1日生まれ
乳がん検診	子宮がん検診
乳房のエックス線検査(マンモグラフィ)	子宮頸部細胞診(個別)

個別検診の期限も間近に迫っています

無料クーポン券対象以外の個別検診(医療機関での実施)の受診期間も、

令和5年2月28日(火)まで となっています。

まだ受診していない方は、早めに受診してください。

- 《個別検診で受けられる項目》
- 胃がん(胃カメラ)
 - 子宮頸がん
 - 肝炎ウイルス検査(節目)
 - 大腸がん
 - 乳がん
 - ヤング健診
 - 肺がん
 - 前立腺がん
 - 歯周疾患(節目)

*胃がん(胃カメラ)、乳がん、ヤング健診(男性)の受診を希望の場合は、事前に健康推進課まで申し込みが必要です。詳細は健康推進課まで問い合わせください。

●問い合わせ **健康推進課** ☎22-2268 FAX22-2245

消費者ひろば

「水漏れ修理、解錠など」暮らしのレスキューサービス」でのトラブルに注意を!

トイレ修理、水漏れ修理、鍵の修理など日常生活でのトラブルに事業者が対処する、いわゆる「暮らしのレスキューサービス」で料金や作業内容などについてのトラブルが発生しており、注意が必要です。

「事前の説明が不十分で高額な料金を請求された」、「実際の料金・サービスが広告の記載や事前の説明と異なっていた」などの苦情が寄せられています。

修理を依頼する場合は、複数社から見積もりを取り、サービス内容や料金を十分に確認・検討して事業者を選定するようにしましょう。

また、水漏れなど緊急を要するトラブルの発生に備え、安心して修理を依頼できる事業者についての情報などを事前に収集しておきましょう。

問い合わせ
市消費生活センター(生活あんしん課内)
☎36-11840
FAX22-2245
☎188

消費者ホットライン

「消費者ひろば」は、徳島県金融広報委員会の助成金を利用して作成しています。

がんを防ぐための新12カ条 2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける

がんを防ぐための新12カ条 1条 たばこは吸わない