

# 健康 Health ガイド

## 母子保健

◎は予約が必要です。

※母子手帳を持参。対象月に受けていない人も受診できます。

	実施 保健センター	日 時		対 象 者	内 容
3か月児健診	伊予	6/21(火)	13:00~14:00	17年2月出生児	身体測定・内科健診
	中山	6/15(水)	13:30~14:30	17年1~3月出生児	
1歳6か月児健診	伊予	7/5(火)	13:00~14:00	15年11・12月出生児	内科・歯科健診
3歳児健診	伊予	6/7(火)		14年4・5月出生児	
フッ素塗布	伊予	6/7(火)	13:30~14:00	6歳までの乳幼児	フッ素・サホライドを100円で塗布 (歯ブラシを持参)
		7/5(火)			
育児相談	伊予	6/13(月)	9:00~12:00	乳幼児	身体計測・健康相談
		7/11(月)	13:00~16:00		
歯科相談	伊予	7/11(月)	13:30~15:00	乳幼児の歯に関する相談 (歯ブラシを持参)	
	中山	6/15(水)	13:30~14:30		
◎心理相談	伊予	6/7(火)	13:00~15:00	乳幼児から思春期までの 子育てに関する悩みの相談に応じます。	
		6/13(月)	9:00~12:00		
		6/21(火)	13:00~15:00		
	7/5(火)				
中山	6/15(水)	13:30~14:30			
離乳食講座	中山	7/6(水)	10:00~11:00	離乳期の乳児を もつ保護者	離乳のすすめ方と試食
◎マザー教室	伊予	6/2(木)	13:00~15:00	母親になる準備を しましょう	『歯・大丈夫ですか』 歯科健診(歯ブラシ・手鏡持参)
		6/10(金)	10:00~12:00		『子育てに大切なこと』 講演・座談会
		6/29(水)			『こんにちは赤ちゃん!』 産後の健康と沐浴
◎のびのび クラブ	伊予	6/6(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを もつ親子	『たのしく遊ぼう』
		6/20(月)			
		7/4(月)			
親子クラブ	中山	6/9(木)	9:30~11:00	1歳から2歳までの 幼児とその保護者	『子育てについて話してみよう』
親子教室	双海	6/8(水)	9:30~11:00	未就園児とその保護者	『シャボン玉遊び』

※乳児健康診査(2回)は、乳児一般健康診査受診票(母子手帳と同時交付、転入された方は再交付のもの)を利用して、かかりつけの医療機関で個別に受診してください。

伊予市保健センター ☎9833-4052  
☎9833-5295

中山保健センター ☎9671-1104  
☎9671-4072

双海保健センター ☎9861-5663  
☎9861-5336

## 心の健康相談 (要予約)

- ◆**内容** 専門の医師による精神疾患、認知症及び悩みや不安についての相談 ※保健師による相談も随時受付
- ◆**日時・方法** 第1、第3月曜日 13:00～15:00  
保健師による電話又は面接相談 (来所又は訪問)  
第1水曜日 (原則) 13:30～15:00  
医師による面接相談 (来所又は訪問)
- ◆**お問い合わせ** 松山保健所 健康増進課精神保健係  
(☎941-1111内線260)

## 健康相談・教室

### ●健康相談

- ◆**日時** 6月13日(月)、7月11日(月)  
9:00～12:00、13:00～16:00
- ◆**場所** 伊予市保健センター

### ●病態栄養相談 (要予約)

日時		場所
6月6日(月)	9:00～12:00	伊予市保健センター
7月19日(火)	14:00～16:00	
6月16日(木)	13:00～16:00	双海保健センター

- ◆**申し込み** 各地区の保健センターへ。

### ●デイケア

日時		場所
6月24日(金)	9:30～15:00	伊予市保健センター
7月8日(金)		中山保健センター
6月17日(金)		双海保健センター
6月10日(金)		双海保健センター

- ◆**申し込み** 各地区の保健センターへ。

### ●保健栄養学級

- ◆**内容** 健康づくりや生活習慣病予防についての学習
- ◆**日時** 毎月1回、9:30～13:00 (8回コース)  
※エプロン、筆記用具をご持参ください。
- ◆**費用** 1,200円 (調理実習6回分)
- ◆**場所** 伊予市保健センター 初回は7月12日(火)  
双海保健センター 初回は7月14日(木)
- ◆**申し込み** 7月7日(木) までに各地区の保健センターへ。

### ●にこにこ講座

- ◆**内容** 『乳幼児期にかりやすい病気と対処方法』  
県立中央病院 大藤佳子先生
- ◆**日時** 6月28日(火) 10:00～11:00
- ◆**場所** 伊予市保健センター
- ◆**申し込み** 伊予市保健センターへ。  
※定員になり次第締め切ります。

## 献血は尊い心のおくりもの

地区	月日	場所	時間
本庁	6月29日(水)	伊予消防署	8:40～10:00
		伊予市役所	10:30～11:30
		ヤマキ本社	13:00～14:30
		フジ伊予店	15:00～16:30

## 生活習慣病予防健診

※健診は、3週間前までに各地区の保健センターへ申し込んでください。

※次の方は一般健診、肺・胃・大腸・子宮・乳がん検診(視触診のみ)が無料になります。

- ①72歳以上の方(昭和7年9月30日以前生まれの方)で、老人医療受給者証をお持ちの方
- ②生活保護法による被保護世帯に属する方
- ③市民税非課税世帯に属する方(当該年度分市民税)
- ④障害者1・2級の手帳をお持ちの方
- ⑤療育Aの手帳をお持ちの方

### ●定例健診

- ◆**内容** 一般健診、B・C肝、肺(結核)・胃・大腸・骨粗しょう症・前立腺がん(50歳以上の男性)・超音波検診
- ◆**申し込み** 各地区の保健センターへ。

地区	場所	月日	時間
本庁	伊予市保健センター	7月7日(木) ※骨粗しょう症検診なし	8:30～ 11:00 ※乳がん検診 受付10時まで
		8月4日(木) ※骨粗しょう症検診なし	
	えひめ中央(伊予支所)	8月24日(水) ※乳がん検診あり	
		8月30日(火) ※肺がんCT検診あり ※乳がん検診あり	
	えひめ中央(南伊予支所)	8月1日(月) ※乳がん検診あり	
	えひめ中央(南山崎支所)	8月26日(金) ※肺がんCT検診あり ※乳がん検診あり	
唐川コミュニティセンター	8月25日(木) ※乳がん検診あり		
	中山保健センター	8月17日(水) ※肺がんCT検診あり	8:30～ 11:00
		8月29日(月)	
双海	双海保健センター	7月26日(火) ※肺がんCT検診あり	8:30～ 11:00
		8月2日(火) ※肺がんCT検診あり	
	下灘コミュニティセンター	7月12日(火) ※肺がんCT検診あり	
		8月20日(土) ※肺がんCT検診あり	

### ●婦人健診

- ◆**内容** 一般健診、B・C肝、肺(結核)・大腸・前立腺がん(50歳以上の男性)検診、子宮・乳がん(視触診・マンモグラフィ)検診、骨粗しょう症検診
- ◆**申し込み** 各地区の保健センターへ。

地区	場所	月日	時間
本庁	伊予市保健センター	6月27日(月)	13:00～ 14:00
		6月30日(木)	
		7月6日(水)	
		7月14日(木)	
双海	双海保健センター	7月7日(木) 8月23日(火) ※子宮・乳がん検診のみ	13:00～ 14:00
		下灘コミュニティセンター	