

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	6/20(火)	13:00~14:00	18年2月出生児	身体測定・内科健診
1歳6か月児健診	伊予	7/4(火)	13:00~14:00	16年11・12月出生児	内科・歯科健診
3歳児健診	伊予	6/6(火)	13:00~14:00	15年4・5月出生児	
乳幼児健診	中山	6/21(水)	13:30~14:30	【乳児】18年1~3月出生児 【1歳6か月児】 16年9~11月出生児 【3歳児】15年3~5月出生児	身体測定・内科健診
フッ素塗布	伊予	6/6(火) 7/4(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(歯ブラシ持参)
	中山	6/21(水)	13:30~14:30		
育児相談	伊予	6/12(月)	9:00~12:00 13:00~16:00	乳幼児	身体計測・健康相談
歯科相談	中山	6/21(水)	13:30~14:30	乳幼児の歯に関する相談に歯科衛生士が応じます。(歯ブラシ持参)	
◎心理相談	伊予	6/6(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。	
		6/12(月)	9:00~12:00		
		6/20(火) 7/4(火)	13:00~15:00		
		中山	6/21(水)		13:30~14:30
	双海	6/22(木)	9:00~12:00		
離乳食講座	中山	6/21(水)	12:30~13:30	離乳期の乳児を持つ保護者	離乳のすすめ方と試食
◎マザー教室	伊予	6/1(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
		6/9(金)	10:00~12:00		「子育て大切なこと」講演・座談会
		6/28(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	6/5(月) 6/19(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」

※3か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診はお近くの保健センターで受診してください。

※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。

歯のなんでも電話相談

- ◆内容 歯周疾患の予防や入れ歯の管理、高齢者の口腔ケアなどについて歯のなんでも相談を実施しています。※来所相談も行っています。
- ◆日時 月~金曜日(祝日を除く)、8時30分~17時
- ◆相談電話 ☎941-1111、内線259
- ◆場所 松山保健所(松山市北持田町132)
- ◆問い合わせ 松山保健所健康増進課健康づくり推進係(☎941-1111)へ。

ピカイチ歯の健康相談

- ◆内容 歯科健診、歯みがき指導、フッ化物塗布、生活相談、栄養相談
- ◆対象者 乳幼児、児童、妊婦、若成人など
- ◆日時 毎月第3水曜日、13時~14時30分(予約制)
- ◆場所 松山保健所(松山市北持田町132)
- ◆申し込み・問い合わせ 松山保健所健康増進課健康づくり推進係(☎941-1111)へ。

伊予市保健センター ☎9833-4052

中山保健センター ☎967-1101
(中山地域事務所内)

双海保健センター ☎986-15636

総合健診・各種がん検診

※健診は、3週間前までに保健センターへ申し込んでください。

地区	日時	一般健診	B・C型肝炎	前立腺がん	肺CT	結核・肺がん	胃がん	大腸がん	超音波検診	子宮がん	乳がん	骨粗しょう症	場所	
本庁地区	7/3(月)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	J A南伊予	
	7/19(水)	13:00~14:00								○	○		伊予市保健センター	
	8/2(水)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○		○	○	J A南伊予	
	8/10(木)		○	○	○	○	○	○	○		○	○	伊予市保健センター	
	8/24(木)		○	○	○	○	○	○	○		○	○	唐川コミセン	
	8/25(金)		○	○	○	○	○	○	○		○	○	J A南山崎	
	8/31(木)		○	○	○	○	○	○	○		○	○	J A伊予	
中山地区	7/10(月)		8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○			○	中山保健センター
	7/20(木)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○			○		
	8/3(木)	8:30~10:00	○	○	○	○	○	○	○					
		13:00~14:00									○	○		
	8/22(火)	8:30~10:00	○	○	○	○	○	○	○			○		
双海地区	7/11(火)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○			○	下灘コミセン	
	7/27(木)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○			○	双海保健センター	
	8/9(水)	13:00~14:00								○	○		下灘コミセン	
	8/19(土)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○			○		
	8/30(水)	13:00~14:00								○	○		双海保健センター	

健康相談・デイケア

●健康相談

日時	場所
6/12(月)	9:00~12:00 13:00~16:00
	伊予市保健センター

●病態栄養相談(要予約)

日時	場所
6/15(木)	13:00~16:00
	双海保健センター
6/19(月)	9:00~12:00 14:00~16:00
	伊予市保健センター

◆申し込み 伊予市保健センターへ。

●デイケア

日時	場所
6/9(金)	9:30~15:00
6/16(金)	9:30~15:00
6/23(金)	9:30~15:00
	双海保健センター 伊予市保健センター 中山保健センター

◆問い合わせ 伊予市保健センターへ。

成人歯科健診を受けましょう

今年度中に40・50・60・70歳になる方は、実施可能歯科医院で歯科健診を受けることができます。

◆実施期間 6月1日~平成19年1月31日

◆持参品 自己負担金 1,000円、保険証

※実施可能歯科医院に予約のうえ、受診してください。

※実施可能歯科医院については、保健センターへお問い合わせください。

保健栄養学級に参加しませんか

◆時間・場所 9:30~13:00、伊予市保健センター

◆対象者 伊予市住民(年齢・性別は問いません)

◆参加費 初回に調理材料代1,200円を集めます。

◆持参品 エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具など

◆定員 30人

◆申し込み 7月6日(木)までに伊予市保健センターまでご連絡ください。

◆年間プログラム

開催月日	内容	調理実習
7/11(火)	開級式、講演「健康は自分でつくる!~生活習慣病予防のために~」	
8/22(火)	食が作る健康~栄養の基礎知識~	バランス食①
9/12(火)	糖尿病増加中!!~気づかない。気にならない。だから怖い糖尿病~	バランス食②
10/17(火)	高脂血症って何!?!~あなたの血液ドロドロしてませんか?~	血液さらさらメニュー
11/21(火)	あなどらないで!高血圧!!~食&生活改善で血圧コントロール~	減塩メニュー
12/12(火)	講話・実技 暮らしの中に運動を!~運動すれば若返る!~	
1/30(火)	講話・実技 「丈夫な歯を保とう~よい歯の心得~」	しっかり噛んで顔引き締めメニュー
2/27(火)	健康づくり地区組織活動について 閉級式	お楽しみメニュー

献血は尊い心のおくりもの

地区	月日	場所	時間
本庁	6/7(水)	伊予警察署	9:00~10:00
		ウエルサンピア伊予	10:30~11:30
		マルトモ	13:00~14:30