

伊予市保健センター
☎983—4052
FAX 983—5295

中山保健センター(中山地域事務所内)
☎967—1111
FAX 967—1101

双海保健センター
☎986—5666
FAX 986—1533

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	5/20(火)	13:00~14:00	20年1月出生児	身体測定・内科健診
1歳6か月児健診	伊予	5/13(火)	13:00~14:00	18年9・10月出生児	内科・歯科健診
3歳児健診	伊予	6/3(火)	13:00~14:00	17年4・5月出生児	内科・歯科健診
乳幼児健診	中山	5/21(水)	13:30~14:30	【乳児】19年12月と20年1・2月出生児 【1歳6か月児】18年8~10月出生児 【3歳児】17年2~4月出生児	身体測定・内科健診
フッ素塗布	伊予	5/13(火) 6/3(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	5/21(水)	13:30~14:30		
育児相談	伊予	5/19(月)	9:00~12:00 13:00~16:00	乳幼児	身体計測・健康相談
歯科相談	伊予	5/19(月)	13:30~15:00	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	
	中山	5/21(水)	13:30~14:30		
◎心理相談	伊予	5/13(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。	
		5/19(月)	9:00~12:00		
	中山	5/21(水)	13:30~14:30		
双海	5/22(木)	9:00~12:00			
離乳食講座	伊予	5/23(金)	13:00~15:00	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	5/21(水)	10:00~12:00	母親になる準備をしましょう	妊娠中の保健と妊婦体操
		6/4(水)	10:00~12:00		妊娠中の栄養・調理実習 ※エプロン・実習費200円
		6/13(金)	13:00~15:00		歯科健診 ※歯ブラシ・手鏡持参
		6/18(水)	10:00~12:00		講演・座談会
		6/24(火)	10:00~12:00		産後の健康と沐浴
◎のびのびクラブ	伊予	5/12(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」
		5/26(月)			
ちびっこ広場 わくわくデー	中山	5/8(木)	10:00~11:00	乳幼児とその保護者	戸外遊び

※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表(母子手帳と同時交付)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。(ただし、平成19年4月以降に母子手帳を交付された方、又は転入された方は保健センターで手続きが必要です。)

休日当番医は23ページのカレンダーをご覧ください。

健康診査・各種がん検診

※健診は、3週間前までに保健センターへお申し込みください。

次の方は基本健診(特定健診を除く)、肺(C T 検診を除く)・胃・大腸・子宮がん検診が無料になります。

- ①後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方 ※後期高齢者医療被保険者証をお持ちください。
- ②生活保護法による被保護世帯の方 ※生活保護受給証明書をお持ちください。
- ③当該年度の市民税が非課税の方 ※非課税証明書をお持ちください。
- ④障害者1・2級の手帳をお持ちの方 ※手帳をお持ちください。
- ⑤療育Aの手帳をお持ちの方 ※手帳をお持ちください。

地区	日時	基本健診	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	6/12(木) 8:30~10:30	○	○	○	○	○	○	○	○				伊予市保健センター
	6/19(木) 8:30~10:00	○	○	○		○	○	○	○			○	
	6/19(木) 13:00~14:00									○	○		
	6/25(水) 8:30~10:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	J A南伊予支所
	6/27(金) 8:30~10:00	○	○	○		○		○					新川集会所
6/29(日) 8:30~10:30	○	○	○	○	○	○	○	○				伊予市保健センター	
中山	5/29(木) 8:30~10:30	○	○	○		○	○	○	○				佐礼谷生活改善センター
	5/30(金) 8:30~10:00	○	○	○	○	○	○	○	○			○	
	5/30(金) 13:00~14:00									○	○		
	6/18(水) 8:30~10:30	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	J A中山支所
7/7(月) 8:30~10:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
双海	5/28(水) 8:30~10:00	○	○	○		○	○	○	○			○	高見集会所
	6/10(火) 8:30~10:30	○	○	○		○	○	○	○				下灘コミセン
	6/26(木) 8:30~10:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	双海保健センター

相談・デイケア

●個別栄養相談(要予約)

- ◆日時 5月26日(月)、9:00~12:00、14:00~16:00
- ◆場所・申し込み 伊予市保健センター

●デイケア

日時	場所
5/9(金)	双海保健センター
5/16(金) 9:30~15:00	伊予市保健センター
5/23(金)	中山保健センター

- ◆申し込み 伊予市保健センター

ポリオ生ワクチン

日時	場所
5/9(金)	伊予市保健センター
5/29(木) 13:30~13:50	
5/14(水)	中山保健センター
5/15(木) 13:00~13:30	双海保健センター

- ◆対象 生後3か月~90か月の間に41日以上の間隔をあけて2回投与 ※母子手帳が必要です。
- ◆申し込み 前日の正午までに予約してください。
- 【任意接種】昭和50年~52年生まれの方も同じ日に有料(500円)で接種します。希望される方は、前日正午までに予約してください。

保健栄養学級に参加しませんか?

平成20年度の「保健栄養学級」が6月から開催されます。毎月1回、健康についての話や調理実習を5回コースで行います。そこで、《栄養や健康について興味・関心のある》仲間を大募集します。

- ◆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 初回到調理材料代1,000円を集めます。
- ◆持参品 エプロン・三角巾・手拭タオル・筆記用具
9月は運動のできる服装・上靴・水筒

- ◆定員 24人

- ◆申し込み 6月2日(月)までに伊予市保健センターへ。

◆年間プログラム

日程	内容	調理実習
6/5(木)	開級式 講演「健康は自分でつくろう！」	バランス食①
7/10(木)	食が作る健康~栄養の基礎知識・食事改善のコツはバランス食~	バランス食②
8/21(木)	知っていますか? メタボリックシンドローム	薄味のコツ
9/25(木)	手軽に運動を!~ウォーキングの理想的なフォームを学ぶ~	血液さらさらメニュー
10/30(木)	健康な未来のために。自分にあった目標を探ろう!・閉級式	お楽しみメニュー