

伊予市保健センター
☎983—4052
☎983—5295

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

双海保健センター
☎986—5666
☎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	5/19(火)	13:00~14:00	H21年1月出生児	身体測定・内科健診
1歳6か月児健診	伊予	5/12(火)	13:00~14:00	H19年9・10月出生児	内科・歯科健診
3歳児健診	伊予	6/2(火)	13:00~14:00	H18年4・5月出生児	内科・歯科健診
乳幼児健診	中山	5/13(水)	13:30~14:30	【乳児】H20年12月~H21年2月出生児 【1歳6か月児】H19年8~10月出生児 【3歳児】H18年2~4月出生児	身体測定・内科健診
フッ素塗布	伊予	5/12(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
		6/2(火)	13:30~14:00		
	中山	5/13(水)	13:30~14:30		
育児相談	伊予	5/18(月)	9:00~11:30 13:00~15:30	乳幼児	身体計測・健康相談
歯科相談	伊予	5/18(月)	13:30~15:00	乳幼児	歯科衛生士による歯科相談 ※歯ブラシ持参
	中山	5/13(水)	13:30~14:30		
◎心理相談	伊予	5/12(火)	13:00~15:00	乳幼児から思春期までの子を持つ保護者	子育てに関する悩み相談
		5/18(月)	9:00~12:00		
中山	5/13(水)	13:00~15:00			
離乳食講座	伊予	5/29(金)	13:00~15:00	離乳期の乳児を持つ保護者	離乳食の進め方の説明と試食
◎のびのびクラブ	伊予	5/11(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」
		5/25(月)			
◎マザー教室	伊予	5/22(金)	10:00~12:00	妊婦 ※母親になる準備をしましょう	妊娠中の生活と妊婦体操
		6/3(水)	10:00~12:00		妊娠中の栄養・調理実習 ※エプロン・実習費200円
		6/10(水)	13:00~15:00		歯科健診 ※歯ブラシ・ハンドタオル
		6/17(水)	10:00~12:00		講演・座談会
		6/30(火)	10:00~12:00		産後の健康と沐浴
ちびっこ広場 わくわくデー	中山	5/7(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票(出生後、保健センター窓口で発行)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。

休日当番医は27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。

地区	月日	受付時間	場所	基本健診	B・C型肝炎	前立腺がん	肺CT	結核・肺がん	肺CR	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
本庁	5/21(木)	8:30~10:30	伊予市保健センター	○	○	○		○		○	○	○			
	6/9(火)	8:30~10:30		○	○	○	○	○		○	○	○			
	6/10(水)	8:30~10:30	J A南伊予支所	○	○	○		○		○	○	○	○	○	○
	6/12(金)	13:00~14:00	伊予市保健センター										○	○	
	6/24(水)	8:30~10:30	J A南伊予支所	○	○	○	○	○		○	○	○			
	6/26(金)	8:30~10:00	新川集会所	○	○	○		○		○	○	○			
	6/28(日)	8:30~10:30	伊予市保健センター	○	○	○		○	○	○	○	○			○
	7/1(水)	13:00~14:00												○	○
	7/7(火)	8:30~10:30	J A南山崎支所	○	○	○		○		○	○	○		○	
	7/16(木)	8:30~10:30	伊予市保健センター	○	○	○		○	○	○	○	○			
	7/24(金)	8:30~10:30	ルミエール伊予	○	○	○	○	○		○	○	○			
	7/25(土)	8:30~10:30	伊予市保健センター	○	○	○		○		○	○	○	○	○	
7/27(月)	8:30~10:30	○		○	○	○	○		○	○	○			○	
中山	5/28(木)	8:30~10:30	佐礼谷生活改善センター	○	○	○		○		○	○	○	○	○	
	5/29(金)	8:30~10:30		○	○	○	○	○		○	○	○			
	6/3(水)	8:30~10:30	J A中山支所	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○
	6/17(水)	8:30~10:30	中山保健センター	○	○	○		○		○	○	○			
	7/28(火)	8:30~10:30	J A中山支所	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○
双海	5/22(金)	8:30~10:30	双海保健センター	○	○	○	○	○		○	○	○			
	5/27(水)	8:30~10:00	高見集会所	○	○	○		○		○	○	○			
	6/21(日)	8:30~10:30	双海保健センター	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○
	7/14(火)	8:30~10:30	下灘コミセン	○	○	○	○	○		○	○	○			

相談・デイケア

●個別栄養相談(要予約)

- ◆日時 5月26日(火)
9:00~12:00、13:30~16:00
- ◆場所・申し込み 伊予市保健センター

●デイケア

日時	場所
5/8(金)	双海保健センター
5/15(金)	伊予市保健センター
5/22(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
5/20(水)	伊予市保健センター
5/28(木)	
5/14(木)	中山保健センター
5/21(木)	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50~52年生まれの方も同じ日に有料(500円)で接種できます。希望する方は、前日の正午までに予約してください。

保健栄養学級 受講者募集

栄養や健康について学んでみませんか。多くの方のご参加をお待ちしています。

- ◆時間・場所 9:30~13:00、伊予市保健センター
- ◆対象者 伊予市民(定員24人)
- ◆参加費 初回に調理実習代1,000円(5回分)
- ◆持参品 エプロン、三角巾、手拭タオル、筆記用具
8月は運動のできる服装、上靴、水筒
- ◆申し込み 6月2日(火)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(金)	開級式 健康は自分でつくろう! 「生活習慣病予防のために」	バランス食①
7/10(金)	食が作る健康「栄養の基礎知識・食事改善のコツ」	バランス食②
8/5(水)	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
9/4(金)	一生自分の歯で食べよう「口のなかからはじめる健康づくり」	薄味のコツ
10/7(水)	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