

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	9 / 15 (火)	13:00~14:00	H21年5月出生児	身体測定・内科健診
1歳6か月児健診	伊 予	9 / 1 (火)	13:00~14:00	H20年1・2月出生児	内科・歯科健診
3歳児健診	伊 予	10 / 6 (火)	13:00~14:00	H18年8・9月出生児	内科・歯科健診
フッ素塗布	伊 予	9 / 1 (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
		10 / 6 (火)	13:30~14:00		
育児相談	伊 予	9 / 7 (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	9 / 7 (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
◎心理相談	伊 予	9 / 1 (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
		9 / 7 (月)	9:00~12:00		
		10 / 6 (火)	13:00~15:00		
離乳食講座	伊 予	9 / 16 (水)	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
◎マザー教室	伊 予	9 / 10 (木)	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
		9 / 25 (金)	10:00~12:00		妊娠中の栄養・調理実習 ※エプロン・実習費200円
		10 / 8 (木)	13:00~15:00		歯科健診 ※歯ブラシ・ハンドタオル
		10 / 22 (木)	10:00~12:00		講演・座談会
		10 / 29 (木)	10:00~12:00		産後の健康と沐浴
◎のびのびクラブ	伊 予	9 / 14 (月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」
		9 / 28 (月)	9:30~11:00		
ちびっこ広場 わくわくデー	中 山	9 / 10 (木)	10:00~11:00	乳幼児とその保護者	「運動会」

※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。

### 相談・デイケア

#### ●個別栄養相談(要予約)

	日 時	場 所
9 / 28 (月)	9:00~12:00	伊予市保健センター
	13:30~16:00	
	9:00~12:00	中山保健センター

◆申し込み 各地区保健センター

#### ●デイケア

	日 時	場 所
9 / 11 (金)	9:30~15:00	双海保健センター
9 / 18 (金)		伊予市保健センター
9 / 25 (金)		中山保健センター

◆申し込み 伊予市保健センター

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	10/1(木)	8:30~10:00	宮下集会所	○	○	○		○		○	○	○			
	10/2(金)	8:30~10:30	伊予市保健センター	○	○	○		○	○	○	○	○			
	10/8(木)	8:30~10:00	上野地区公民館	○	○	○		○		○	○	○			○
		13:00~14:00											○	○	
	10/18(日)	8:30~10:30	ウェルピア伊予	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	11/4(水)	8:30~10:00	伊予市保健センター	○	○	○		○		○	○	○			○
13:00~14:00												○	○		
11/19(木)	8:30~10:30		○	○	○	○	○		○	○	○				
中山	9/29(火)	13:00~14:00	中山保健センター										○	○	
双海	9/27(日)	8:30~10:30	双海保健センター	○	○	○	○	○		○	○	○			○
	10/5(月)	8:30~10:30		○	○	○	○	○		○	○	○			○
	10/7(水)	13:00~14:00												○	○
	10/22(木)	8:30~10:30	下灘コミセン	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○

## 予防接種

### ●ポリオ生ワクチン

日時	場所
10/13(火)	伊予市保健センター
10/28(水)	
11/11(水)	
10/7(水)	中山保健センター
10/26(月)	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。

### ●麻しん・風しん予防接種

中学1年・高校3年の皆さん、麻しん・風しんの予防接種はお済みですか。接種対象者には、すでに接種券を送付しています。まだお済みでない方は、早めに接種を受けましょう。

《MR3期》平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ(中学1年生)

《MR4期》平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれ(高校3年生相当の年齢の方)

9月は「健康増進普及月間」です

1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後にクスリ～良い生活習慣は、気持ちがいい！～

## ●●● にここ講座 ●●●

小さなお子さんを持つお母さん、お父さん！皆さんで楽しく学びましょう。

日時	内容
10/1(木) 10:15~11:30	「にここ子育て」
10/21(水) 10:15~11:30	「いざという時の応急処置」
11/5(木) 10:15~11:30	「親子でニコニコ歯みがき」
11/27(金) 9:30~12:30	「にここ笑顔で楽しい食事」

◆対象者 乳幼児期のお子さんを持つ保護者

※お子さんと一緒に構いません。

※定員(親子25組)になり次第締切。

◆場所・申し込み 伊予市保健センター

## ●●● 女性の健康教室 ●●●

女性が自信を持って、輝いた人生を送るためのお手伝いをします。心と体のリフレッシュ教室です。

開催日	内容
9/11(金)	「知っていますか？女性のこころと体の変化」
9/16(水)	「健康美を手に入れるエクササイズ」
9/24(木)	「とりたい栄養素を上手にクッキング」
9/29(火)	「アロマでリフレッシュ」

◆時間 10:00~12:00

◆対象者 20～45歳の女性

※子ども連れの場合は、申し込み時にご相談ください。

※定員(30人)になり次第締切。

◆場所・申し込み 伊予市保健センター