

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	10/20(火)	13:00~14:00	H21年6月出生児	身体測定・内科健診
1歳6か月児健診	伊予	11/10(火)	13:00~14:00	H20年3・4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
乳幼児健診	双海	10/14(水)	13:30~14:30	【乳児】H21年5~7月出生児 【1歳6か月児】H20年1~3月出生児 【3歳児】H18年7~9月出生児	身体測定・内科健診
フッ素塗布	伊予	10/6(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
		11/10(火)	13:30~14:00		
	双海	10/14(水)	13:30~14:00		
育児相談	伊予	10/19(月)	9:00~11:30 13:00~15:30	乳幼児	身体計測・健康相談
◎心理相談	伊予	10/6(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
		10/19(月)	9:00~12:00		
	11/10(火)	13:00~15:00			
	双海	10/14(水)	13:00~15:00		
◎マザー教室	伊予	10/8(木)	13:00~15:00	妊婦 ※母親になる準備をしましょう	歯科健診 ※歯ブラシ・ハンドタオル持参
		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	10/5(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」
		10/26(月)	9:30~11:00		
ちびっこ広場 わくわくデー	中山	10/8(木)	10:00~11:00	乳幼児とその保護者	「お祭り遊び」

※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。

### 相談・デイケア

#### ●個別栄養相談(要予約)

日時	場所
10/19(月) 9:00~12:00	双海保健センター
10/21(水) 13:30~16:00	伊予市保健センター
10/26(月) 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
10/16(金) 9:30~15:00	伊予市保健センター
10/23(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。

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	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		○	○	○	○	○		○	○	○			

## 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)	中山保健センター
10/7(水)	
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。

### ●季節性インフルエンザ予防接種

- ◆対象 市内在住の65歳以上の方
- ◆接種期間 10月15日(木)～12月31日(木)
- ◆接種方法 直接、医療機関に予約してください。
- ◆持参品 健康保険証、自己負担金1,000円  
※新型インフルエンザの予防接種ではありません。

## 乳がん・子宮がん検診のご案内

女性特有の「がん検診無料クーポン券」配布に合わせ、新たに検診日を設けました。無料クーポン券をお持ちでない方も有料(子宮がん400円、乳がん2,000円)で受けることができます。

検診日	場所	受付時間	子宮	乳
10/7(水)	双海保健センター	9:00~10:00		◎
		13:00~14:00	○	○
10/8(木)	上野地区公民館	13:00~14:00	○	○
10/18(日)	ウエルピア伊予	8:30~10:30	○	○
10/22(木)	下灘コミセン	8:30~10:30	○	○
11/4(水)	伊予市保健センター	8:30~10:00		◎
		13:00~14:00	○	○
12/21(月)	伊予市保健センター	13:00~14:00	◎	◎
1/13(水)		13:00~14:00	◎	◎
1/31(日)		8:30~10:30	◎	◎

※◎はクーポン対象者の予約を優先します。  
※クーポン券をお持ちの方は、委託している医療機関・検診機関でも受診できます。

◆申し込み・問い合わせ 伊予市保健センター

## にこにこ講座

日時	内容
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	にこに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

## ●脱メタボ! ダイエット教室 ●●●

日時	内容
10/23(金) 13:15~15:00	メタボリックシンドロームと生活習慣病
10/30(金) 9:45~11:30	気軽にできる効果的運動
11/13(金) 9:45~12:00	効果的に減量するための食生活のポイント
11/30(月) 9:45~11:30	自分の取り組みを仲間と語ろう、血管年齢測定

◆対象者 30～69歳の市民

※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

## ●●●初心者のための料理教室 ●●●

日時	内容
10/27(火) 10:00~12:15	15分でバランス献立
11/12(木) 10:00~12:15	常備菜は忙しい毎日の味方

◆対象者 料理初心者の市民

※定員(20人)になり次第締切。

※先着15人まで託児を実施。

◆場所・申し込み 伊予市保健センター

## 薬と健康の週間

10月17日(土)～23日(金)

薬を使用する際には、添付文書をよく読み、用法用量を正しく守りましょう。