

問い合わせ・申し込み

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	9/14(火)	13:00~14:00	H22年5月出生児	身体測定・内科健診	
1歳6か月児健診	伊予	9/7(火)	13:00~14:00	H21年1・2月出生児	内科・歯科健診	
3歳児健診	伊予	10/5(火)	13:00~14:00	H19年8・9月出生児	内科・歯科健診	
フッ素塗布	伊予	9/7(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	
		10/5(火)				
育児相談	伊予	9/13(月)	9:00~11:00	乳幼児	身体測定・健康相談	
			13:00~15:00			
歯科相談	伊予	9/13(月)	9:30~11:00	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	9/7(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	
			9/13(月)			9:00~12:00
◎マザー教室	伊予	9/1(水)	10:00~12:00	妊婦とその家族 ※母親になる準備のための教室	妊娠中の生活と妊婦体操	
			9/9(木)		10:00~12:00	妊娠中の栄養・調理実習・手続きについて ※エプロン・実習費200円
			9/15(水)		13:00~15:00	歯科健診 ※歯ブラシ・ハンドタオル持参
			9/21(火)		10:00~12:00	講演・座談会
			9/29(水)		10:00~12:00	産後の健康と沐浴
離乳食講座	伊予	9/28(火)	13:30~15:00	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	9/6(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」	
						9/27(月)

※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。

愛救147運動

～愛媛の救急医療を守る
147万人の県民運動～



◆休日・夜間で、比較的症状が軽いつき、どの病院にいけばいいの？

休日当番医(23ページのカレンダー参照)や松山市救急医療センター(☎922-1199)、伊予消防署救急病院案内(☎982-5959)に電話するか、えひめ救急医療ネット(インターネット)を参考にしてください。

◆子どもの急な病気やけがの場合は？

小児救急医療電話相談(#8000)をご利用ください。※利用可能時間19:00~23:00

ポリオ生ワクチン



◆対象 生後3か月～7歳半の間に41日以上の間隔をあけて2回投与。
※母子手帳が必要

◆日時・場所

日時	場所
10/7(木)	伊予市保健センター
10/14(木)	
10/27(水)	
10/6(水)	中山保健センター
10/25(月)	双海保健センター

◆申し込み 前日の正午までに各保健センターへ電話で申し込んでください。

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。
※各検診項目には、年齢・保険種別などの受診条件があります。

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	9/28(火)	8:30~10:00	宮下集会所 協	○	○	○		○		○	○	○			
	10/1(金)	8:30~10:30	J A 南山崎支所 厚	○	○	○			○	○	○	○		○	
	10/4(月)	8:30~10:30	伊予市保健センター 協	○	○	○			○	○	○	○		○	
	10/17(日)	8:30~10:30	ウェルピア伊予 協	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	11/4(木)	8:30~10:00 13:00~14:00	伊予市保健センター 協	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○
中山	10/26(火)	8:30~10:30	中山保健センター 協	○	○	○			○	○	○	○		○	
双海	10/29(金)	8:30~10:30	双海保健センター 協	○	○	○	○	○		○	○	○		○	○
	11/13(土)	8:30~10:30	下灘コミセン 協	○	○	○			○	○	○	○	○	○	
	11/25(木)	13:00~14:00	双海保健センター 協										○	○	

受託機関：協 愛媛県総合保健協会 / 厚 J A 愛媛厚生連

各種相談(要予約)

●こころの健康相談

◆日時 毎月第3水曜日、13:00~

◆場所・申し込み 伊予市保健センター

※相談無料。秘密厳守。

●個別栄養相談

◆日時

9月6日(月) 9:00~12:00、13:30~16:00

◆場所・申し込み 伊予市保健センター

1に運動 2に食事

しっかり禁煙 最後にクスリ
~健康寿命をのばしましょう~

9月は健康増進普及月間です



そのせき、結核では
ありませんか？

結核予防週間 9月24日(金)~30日(木)

デイケア

日時	場所
9/10(金)	双海保健センター
9/17(金)	伊予市保健センター
9/24(金)	中山保健センター

◆申し込み 伊予市保健センター

託児
つき

初級料理教室(要予約)

料理の基礎知識の講義と調理実習の教室です。料理初心者の方を対象に、栄養バランスの取れた簡単な料理のコツを教えます。

◆日時

10月8日(金) 10:00~12:15

10月26日(火) 10:00~12:15

※2回の受講をおすすめします。

◆場所・申し込み 伊予市保健センター



あなたにもできる！

自殺予防のための行動

自殺予防週間 9月10日(金)~16日(木)

気づき ■ 変化に気づいて声をかける

「眠れてますか？」など、声かけをする。

傾聴 ■ 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

悩みを話してくれたら、時間をかけて聞く。

相手を否定せず、大切に思う気持ちを伝える。

つなぎ ■ 早めに専門家に相談するよう促す

相談を受けた側も一人で抱え込まない。

見守り ■ 寄り添いながらじっくりと見守る

身体や心の状態について、自然に声をかける。

◆相談先

心と体の健康センター(☎911-3880)

※利用可能時間 8:30~17:15(月~金曜日)

※休日・祝日・年末年始除く。