

健康ガイド



申し込み・問い合わせ

伊予市保健センター ☎983-4052 ☎983-5295

※特定健診の申し込みはこちら ☎982-2727 ※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。
※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。

	月日	受付時間	場所	健康診査	B・C型肝炎	前立腺がん	肺CT	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	6/24(金)	8:30~10:00	新川集会所 協	○	○	○		○	○	○	○				
	6/29(水)	8:30~10:30	JAN南伊予支所 厚	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	7/7(木)	8:30~10:00	伊予市保健センター 協										○	○	
		13:00~14:00													
	7/21(木)	8:30~10:30	ルミエール伊予 厚	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	7/26(火)	8:30~10:30	伊予市保健センター 協	○	○	○	○	○	○	○	○			○	
	8/5(金)	8:30~10:00	伊予市保健センター 協												
		13:00~14:00													
8/20(土)	8:30~10:30	しおさい公園体育館 協	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
中山	6/27(月)	8:30~10:00	JA中山支所 厚	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	7/31(日)	8:30~10:00		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
双海	6/26(日)	8:30~10:00	翠小学校 協	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	
	8/9(火)	8:30~10:00	下灘コミセン 協	○	○	○		○	○	○	○			○	
	8/23(火)	8:30~10:00	双海保健センター 協												
13:00~14:00															

受託機関：協愛媛県総合保健協会／厚JA愛媛厚生連

各種相談 (相談無料・要予約) 秘密厳守

◎こころの健康相談

■日時 6月15日(水)、13:00~
※1人1時間程度
■相談者 心理カウンセラー
■場所・申し込み 伊予市保健センター

◎個別栄養相談

■日時 6月21日(火)
9:00~12:00、13:30~16:00
※1人1時間程度
■場所・申し込み 伊予市保健センター

健診案内

40~70歳の方が対象

◎成人歯科健診

80歳になっても自分の歯を20本以上残す8020運動。一生自分の歯で食べれるよう、健診を受けてみませんか。
■期間 6月1日~平成24年1月31日
■対象 伊予市に住民票を有する、今年度の年齢が40歳以上70歳以下の方(昭和16年4月1日~47年3月31日生まれ)
※治療中の方は対象外
■問い合わせ 伊予市保健センター

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	6/14(火)	13:00~14:00	H23年2月出生児	身体測定・内科健診
3歳児健診	伊予	6/7(火)	13:00~14:00	H20年4・5月出生児	内科・歯科健診
フッ素塗布	伊予	6/7(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
育児相談	伊予	6/13(月)	9:00~11:00 13:00~15:00	乳幼児	身体測定・健康相談
◎心理相談	伊予	6/7(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
		6/13(月)	9:00~12:00		
◎のびのびクラブ	伊予	6/6(月)	9:30~11:00	育児不安や悩みを持つ親子	「たのしく遊ぼう」
		6/20(月)			

※3か月児健診、3歳児健診は、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。

各種講座

市内の10人以上のグループ・団体が対象

◎食育出前講座

食育関係の講演会や教室を開きませんか。食育関係の講義や調理指導を行う講師が無料でグループ・団体へ出向きます。
■期間 通年
■対象 伊予市内の10人以上のグループ・団体
■内容 食育関係の講義や調理実習
※講座の内容は相談に応じます。
■講師料 無料
※講座開催に必要な経費は利用者負担。
■申込方法 グループ・団体の代表者は、14日前までに、利用申込書を提出してください。
※申込書は市のホームページ(<http://www.city.iyo.lg.jp>)からダウンロードするか、保健センターにも置いてあります。
■申し込み・問い合わせ 伊予市保健センター

◎保健栄養学級

年齢・性別不問 市民の方が対象

■プログラム

開催日	内容	調理実習
6月16日(木)	健康は自分でつくろう	バランス食①
7月27日(水)	食が作る健康	バランス食②
8月25日(木)	手軽に運動を!	血液さらさらメニュー
9月22日(木)	一生自分の歯で食べよう	薄味のコッ
10月28日(金)	健康な未来のために	お楽しみメニュー

■時間 9:30~13:00
■対象 伊予市民(年齢・性別不問)
※過去に受講し修了した方は受講できません。
■参加費 調理材料代1,000円(5回分)
■持参品 エプロン・三角巾・手ふきタオル・筆記用具。8月は運動のできる服装・シューズ・水筒。
■定員 30人
■申込締切 6月10日(金)
■場所・申し込み 伊予市保健センター

毎年6月は食育月間。毎月19日は食育の日です。みんなで食育を進めましょう!