

乳幼児健診・相談 ～子どもの発育のために～

お住まい (地域)	育児相談 妊婦相談	4か月児健診		1歳6か月児健診		3歳児健診	
		(H 25年2月生)	(H 23年11月生)	(H 23年12月生)	(H 22年5月生)	(H 22年6月生)	
川之江 新宮	6/ 3 (月) 13:30～15:00	7/ 4 (木) 13:00～13:45	6/13 (木) 13:00～13:45	7/11 (木) 13:00～13:45	6/28 (金) 13:00～13:45	7/12 (金) 13:00～13:45	川之江保健センター
伊予三島	7/ 5 (金) 13:30～15:00	7/16 (火) 13:00～13:45	6/25 (火) 13:00～13:45	7/23 (火) 13:00～13:45	6/ 4 (火) 13:00～13:45	7/ 2 (火) 13:00～13:45	
土居	7/19 (金) 10:00～12:00	6/ 7 (金) 13:15～14:00 ※H25年1月生も対象					四国中央市保健センター
	土居こども館	土居庁舎3階					

※四国中央市保健センターで受診できない土居地域の方は、土居庁舎3階で行われる1歳6か月児・3歳児健診にお越しください【とき：6/21(金)13:00～13:45 ところ：土居庁舎3階】

- 母子健康手帳と健診問診票(育児ノート)をご持参ください
- 1歳6か月児健診・3歳児健診は歯科健診がありますので歯磨きをしてお越しください
- 健診当日、お子さんの体調が優れない場合は、無理をせず体調が回復してから受診するようにしましょう

休日当番医 診療時間 9:00～18:00 ※都合により当番医が変更する場合があります

6/ 2	松岡整形外科	58-5455 川之江町 329-1	しんとう内科	25-0028 寒川町 2522
9	クリニック山崎内科	57-0035 川之江町 2978-1	ふく整形外科	74-0029 土居町中村 1245
16	中央クリニック	23-7808 三島中央 4-12-23	西岡病院	24-5511 三島金子 2-7-22
23	川上こどもクリニック	57-1155 金生町山田井 895-2	花房内科	24-2200 中之庄町 577-1
30	井上整形外科	24-2171 三島中央 5-5-8	白石医院	25-0777 豊岡町豊田 118-1
7/ 7	宮崎内科	59-5000 妻鳥町 473-2	大坪医院	23-2417 三島中央 5-1-20

◎急患医療センター(内科・小児科)

電話 56-1913 妻鳥町 1501-1 (妻鳥小学校西側)
【診療時間】19:30～22:30
月曜日～土曜日(日曜・祝日は休診)



〈小児救急医療電話相談〉

相談時間 19:00～翌朝 8:00
電話：# 8000 (プッシュ回線・携帯)
089-913-2777 (ダイヤル回線)

6月の二次救急の当番病院

※二次救急病院とは、緊急の治療や入院の必要な重症患者を受け入れしている病院(県から告示を受けた病院)

日	月	火	水	木	金	土
						1 長谷川病院 (四国中央病院)
2 H I T O病院	3 三島医療 センター	4 H I T O病院	5 三島医療 センター	6 長谷川病院 (H I T O病院)	7 H I T O病院	8 四国中央病院
9 H I T O病院	10 三島医療 センター	11 長谷川病院 (四国中央病院)	12 H I T O病院	13 四国中央病院	14 H I T O病院	15 四国中央病院
16 長谷川病院 (H I T O病院)	17 H I T O病院	18 四国中央病院	19 H I T O病院	20 四国中央病院	21 長谷川病院 (四国中央病院)	22 H I T O病院
23 四国中央病院	24 H I T O病院	25 四国中央病院	26 長谷川病院 (H I T O病院)	27 H I T O病院	28 四国中央病院	29 H I T O病院
30 四国中央病院	7/1 長谷川病院 (四国中央病院)	2 H I T O病院	3 三島医療 センター	4 H I T O病院	5 四国中央病院	6 長谷川病院 (H I T O病院)

※下段カッコ書きは長谷川病院輪番日における外科系患者に係るバックアップ第1優先病院

■問い合わせ先 四国中央病院 58-3515 長谷川病院 58-5666 H I T O病院 58-2222 三島医療センター 23-2515

歯周病検診

無料

6/4(火)～6/10(月)は「歯の衛生週間」です。
40歳以上の約8割が歯周病!気づかないうちに進む歯周病は骨をも溶かす恐ろしい病気です。お口の健康状態を歯科医がチェックします。

- 実施期間 平成26年3月末まで
- 申込期限 12/27(金)
- 健診内容 歯周・口腔内の状況診査
- 対象 20～65歳(平成26年3月末現在の年齢)
歯科疾患の治療中でない方
- その他 検診料2,000円は市が負担します
- 申し込み・問い合わせ先 四国中央市保健センター

離乳食セミナー

無料

簡単、便利、すばやくできる!基本を学びましょう。

- とき 6/28(金)9:30～12:00
- 内容 離乳食の進め方や工夫の話、
離乳食初期の調理実習
- 対象 市内在住の生後5～6か月のお子さんの保護者
※お子さん連れの場合はおんぶひもをご持参ください
- 定員 15名
- 持参品 母子手帳・筆記用具・エプロン・布きん・
バンダナ
- 申込期限 6/24(月)
- ところ・申し込み先 四国中央市保健センター

ヘルシー大学～受講生募集～

無料

一緒に『健康づくり』してみませんか?
1日だけの参加もOK!

とき	内容
7/11(木)	お家でできるエクササイズ
8/ 1(木)	バランスのいい食事～野菜たっぷり食生活～
9/ 9(月)	あなたのここは大丈夫?～こころの健康～
10/ 2(水)	肺が危ない!たばこ生活習慣病
11/21(木)	意外と知らないお口の秘密～歯周病と体の健康～
12/19(木)	脱!メタボ

- 時間 13:30～15:00※7/11は13:20～
- 対象 市民で40歳以上の方
- 定員 40名程度
- 場所 四国中央市保健センター※7/11は福祉会館4階
- 申し込み先 四国中央市保健センター

6月は『食育月間』

◎食育推進計画ができました。

「食」に関する正しい知識や選択できる力を習得し、すべての住民が生涯にわたって健康で心豊かに暮らせるよう、食育に関する施策を総合的に推進する計画です。

- 問い合わせ先 四国中央保健所・四国中央市保健センター

～いきいき健康づくり～



四国中央市保健センター 28-6054
川之江保健センター 28-6214
保健推進課土居庁舎窓口 28-6350

からだところの健康相談

予約制

ご自身やご家族の身体と心の健康について、気になることや、相談したいことはありませんか?
無料ですのでお気軽にご相談ください。

- とき・ところ
6/ 3(月)、7/ 8(月)9:00～12:00
四国中央市保健センター
6/17(月)、7/22(月)9:00～12:00
川之江保健センター
- 対象 市民の方
- 内容 健康相談、血圧測定、尿検査、体脂肪測定など
- 申し込み・問い合わせ先 各保健センター

顔晴(がんば)れサロンのご案内

がん患者の方、またその家族や友人のみなさん、一緒に明るくお話しませんか。申し込みは不要です。

- とき 6/28(金)14:00～16:00
- ところ 四国中央病院
- 内容 茶話会・ピアノコンサート
- 問い合わせ先 四国中央病院
地域医療連携室 58-3515

心理相談員による個別相談

無料

こころと健康に関する相談はございませんか?
心理相談員が個別にお話を伺います。

- 対象 市民の方
- 相談時間 一人50分まで
- 場所 各保健センター
- 申し込み・問い合わせ先 四国中央市保健センター
※日程調整のため、事前に電話申し込みが必要

【熱中症を正しく理解して予防に努めましょう】

熱中症は、高温多湿な環境で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節がうまくできなかつたりすることによって起こります。

●熱中症の予防法●

- ①こまめな水分・塩分補給
- ②扇風機やエアコンを使った室温調整とこまめな換気
- ③通気性の良い衣類の着用
- ④保冷剤などを利用した体の冷却
- ⑤日傘や帽子の着用