

## 生涯骨太クッキング

予約制

毎日の食卓に牛乳やチーズなどの乳製品を取り入れることで、「カルシウム不足」の改善を目指しながら正しい食事バランスと食習慣を考えてみませんか？

### ■とき・ところ

10/20 (火) 9:30 ~ 13:00  
川之江文化センター 調理室

■内容 牛乳・乳製品を使った調理実習

■定員 30名 ■参加費 300円

■持参品 エプロン、三角きん、ふきん、筆記用具、米0.5合(70g)

■申し込み先 四国中央市保健センター  
川之江保健センター

## 難病相談支援センターからのお知らせ

難病と診断された方や診断は受けていないが難病でお困りの方、そのご家族からの相談を受け付けています。患者や家族同士の交流会も開催中。

電話・面接相談 (祝日除く)

■とき 月曜日・水曜日 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 16:00、金曜日 10:00 ~ 12:00

患者交流会 (祝日除く)

■とき 13:30 ~ 15:30 (初参加時は要予約)

■ところ・問い合わせ先

愛媛県難病相談支援センター (県総合保健福祉センター内) 松山市本町7丁目2番地  
089-917-8784

## 不妊専門相談

無料

### 電話相談

■とき 毎週水曜日 13:00 ~ 16:00

■相談員 保健師など

面接相談 (完全予約制)

■とき 月1回

■ところ 愛媛県心と体の健康センター  
松山市本町7丁目2番地

■相談員 医師及び助産師、保健師

■予約受付時間 毎週水曜日 13:00 ~ 16:00

■相談 (予約) 専用ダイヤル 089-927-7117

## からだところの健康相談

予約制・無料

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？

### ■とき・ところ

9/7 (月)、10/5 (月) 9:00 ~ 12:00

四国中央市保健センター

9/15 (火)、10/20 (火) 9:00 ~ 12:00

川之江保健センター

■内容 健康相談、血圧測定、尿検査、体脂肪測定、血管年齢測定、唾液ストレスチェックなど

■申し込み・問い合わせ先 各保健センター

## 離乳食セミナー

予約制・無料

簡単、便利、すばやくできる！基本を学びましょう。

■とき 9/25 (金) 9:30 ~ 11:30

■内容 離乳食の進め方や工夫の話、初期の調理実習

■対象 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 10名

■持参品 母子健康手帳・筆記用具・エプロン・バンダナ・手拭きタオル

■申込期限 9/18 (金) まで

■ところ・申し込み先 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

## 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、最後にくすり  
~健康寿命を延ばしましょう~

## 四国中央市健康まつり

■とき 10/3 (土) 10:00 ~ 14:00

■ところ 四国中央市保健センター

■内容 健康度チェック (骨量や血管年齢など)、各種がん検診、歯の健康、認知症・がん・周産期お悩み相談、心の健康、AED、食生活のコーナーなど

### 健康まつりでがん検診を実施します

■受付時間 10:00 ~ 14:00

30分刻みで予約できるため、少ない待ち時間で検診を受けることができるチャンスです！

■検査内容 ※事前予約が必要です

検診項目		対象者 (※1)	料金
乳がん検診 (※2)	マンモグラフィ	40歳以上女性	2,000円
	超音波検査 (エコー)	30歳代女性	2,000円
肺がん検診		40歳以上男女	800円
大腸がん検診		40歳以上男女	600円

※1 対象者の年齢は年度末年齢になります

※2 乳がん検診は2年に1回になります

■申し込み・問い合わせ先 四国中央市保健センター

## 乳幼児健診・育児相談・妊婦相談 ~子どもの健やかな育育のために~

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	
		H27年4月生	H27年5月生	H26年2月生	H26年3月生	H24年8月生	H24年9月生
川之江 新宮	10/5 (月) 13:30 ~ 15:00	9/3 (木) 13:00 ~ 13:45	10/1 (木) 13:00 ~ 13:45	9/10 (木) 13:00 ~ 13:45	10/8 (木) 13:00 ~ 13:45	9/25 (金) 13:00 ~ 13:45	10/30 (金) 13:00 ~ 13:45
	川之江保健センター						
伊予三島	9/24 (木) 13:30 ~ 15:00	9/15 (火) 13:00 ~ 13:45	10/27 (火) 13:00 ~ 13:45	9/8 (火) 13:00 ~ 13:45	10/20 (火) 13:00 ~ 13:45	9/1 (火) 13:00 ~ 13:45	10/6 (火) 13:00 ~ 13:45
	四国中央市保健センター						
土居	9/11 (金) 10:00 ~ 12:00	10/16 (金) 13:00 ~ 13:45					
	土居こども館	土居庁舎3階		四国中央市保健センター			

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: 9/18 (金) 13:00 ~ 13:45

- 母子健康手帳と健診問診票 (育児ノートから切り取って) 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
- 上記相談日以外でも、妊娠や育児に関する相談は随時行っていますので、お気軽にご相談ください

## 9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ている病院 (県から告示を受けた病院)

日	月	火	水	木	金	土
		1 四国中央病院	2 H I T O病院	3 四国中央病院	4 長谷川病院 (H)	5 H I T O病院
		県立新居浜病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院
6 四国中央病院	7 H I T O病院	8 四国中央病院	9 長谷川病院 (四)	10 H I T O病院	11 四国中央病院	12 H I T O病院
県立新居浜病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院
13 四国中央病院	14 長谷川病院 (H)	15 H I T O病院	16 四国中央病院	17 H I T O病院	18 四国中央病院	19 長谷川病院 (四)
四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院
20 H I T O病院	21 四国中央病院	22 H I T O病院	23 四国中央病院	24 長谷川病院 (H)	25 H I T O病院	26 四国中央病院
県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院
27 H I T O病院	28 四国中央病院	29 長谷川病院 (四)	30 H I T O病院	10/1 四国中央病院	2 H I T O病院	3 四国中央病院
県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院	県立新居浜病院	四国中央病院 西条中央病院

※上段のカッコ書きは外科系患者に係るバックアップ第1優先病院 (H...H I T O病院、四...四国中央病院)

※小児の二次救急当番病院は、外傷を除く入院を必要とする重症患者 (内科系疾患) が対象です

■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  
県立新居浜病院 0897-43-6161 西条中央病院 0897-56-0300

## 休日当番医 診療時間 9:00 ~ 18:00

※都合により変更する場合があります

9/6	岸田巧加クリニック	56-0188 妻鳥町 1506-1	白石医院	25-0777 豊岡町 豊田 118-1
13	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
20	ふじえだファミリークリニック	23-5864 中曾根町 5074	花房内科	24-2200 中之庄町 577-1
21	宮崎内科	59-5000 妻鳥町 473-2	三島外科胃腸クリニック	24-3111 中之庄町 116
22	大西内科医院	56-2018 金生町下分 1423-1	豊岡台病院	25-0088 豊岡町 長田 603-1
23	白石循環器科	58-0444 金生町下分 794-1	生協宇摩診療所	25-0114 寒川町 2912-1
27	井上整形外科	24-2171 三島中央 5-5-8	相引医院	74-3127 土居町 入野 686

## ◎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)



急患医療センターの診療は、宇摩医師会の有志の医師のご協力により実施しています。