

ママパパ学級

予約制

妊娠中から正しい知識を。ゆとりある出産育児を。友達づくり・思い出づくり!

とき	内容
1/29 (日) 9:15 ~ 12:00	妊娠中の歯の健康 パパの妊婦体験 赤ちゃんのお風呂 (沐浴実習)

※当日は15分前から受付。時間厳守でお願いします

- 対象 市内在住の初妊婦と夫 (平成29年3月~6月頃出産予定)
- 持参品 母子健康手帳、筆記用具、お茶など
- 申込期限 1/20 (金) まで
- 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

予約制・無料

一緒に「健康づくり」をはじめませんか?全5回シリーズのうちの5回目です。

- とき 2/3 (金) 13:30 ~ 15:00
- 内容 おいしく楽しくバランスよく
- 対象 40歳以上の方 ■定員 40名程度
- 講師 保健センター栄養士
- ところ・申し込み先 四国中央市保健センター

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)

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

1/1	クリニック山崎内科	57-0035 川之江町 2978-1	鈴木医院	74-7700 土居町小林 1200
2	芝医院	56-4811 妻鳥町 2074-1	恵康病院	74-7600 土居町蕪崎 253-1
3	白石循環器科	58-0444 金生町下分 794-1	ふく整形外科	74-0029 土居町中村 1245
8	川関高橋医院	56-2022 金生町下分 257	青野医院	74-7470 土居町津根 1906-1
9	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
15	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
22	岸田アナルクリニック	56-0188 妻鳥町 1506-1	栗整形外科病院	24-5550 中之庄町 398-1
29	矢部内科	23-5018 三島宮川 4-6-71	白石医院	25-0777 豊岡町豊田 118-1

◎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・1/1 ~ 1/3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。

1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 長谷川病院(四)	2 H I T O病院	3 四国中央病院	4 H I T O病院	5 四国中央病院	6 長谷川病院(H)	7 H I T O病院
8 四国中央病院	9 H I T O病院	10 四国中央病院	11 長谷川病院(四)	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)	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)
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)	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	31 長谷川病院(四)	2/1 H I T O病院	2 四国中央病院	3 H I T O病院	4 四国中央病院

※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

地域医療対策室からのお願い

救急外来は、夜間などの急病に対して応急的な処置を行うところです。休日・夜間に平日の昼間と同じような感覚で安易に救急外来を受診することのないよう、適切な救急医療機関の利用をお願いします。

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 1/27 (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 1/20 (金) まで
- ところ・申し込み先 四国中央市保健センター

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 1/10 (火)、2/6 (月) 9:00 ~ 12:00 四国中央市保健センター
1/24 (火)、2/21 (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

乳幼児健診・育児相談・妊婦相談 ~子どもの健やかな発育のために~

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 28年8月生	H 28年9月生	H 27年6月生	H 27年7月生	H 25年12月生	H 26年1月生
川之江 新宮	2/6 (月) 13:30 ~ 15:00	1/12 (木) 13:00 ~ 13:45	2/2 (木) 13:00 ~ 13:45	1/19 (木) 13:00 ~ 13:45	2/9 (木) 13:00 ~ 13:45	1/27 (金) 13:00 ~ 13:45	2/17 (金) 13:00 ~ 13:45
		川之江保健センター					
伊予三島	1/26 (木) 13:30 ~ 15:00	1/24 (火) 13:00 ~ 13:45	2/21 (火) 13:00 ~ 13:45	1/17 (火) 13:00 ~ 13:45	2/14 (火) 13:00 ~ 13:45	1/10 (火) 13:00 ~ 13:45	2/7 (火) 13:00 ~ 13:45
		四国中央市保健センター					
土居	1/13 (金) 10:00 ~ 12:00	2/24 (金) 13:00 ~ 13:45 ※対象はH28年9月生・10月生		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: 3/10 (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			

- 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

~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

ストップ・ザ・糖尿病教室

予約制・無料

	とき	テーマ	講師
①	1/23 (月)	放っておくとなぜコワイ?糖尿病	保健師
②	1/30 (月)	バランス食 毎日食べて健康に!	栄養士
③	2/7 (火)	これならできる! 運動をはじめよう	山根テル子さん
④	2/14 (火)	Let's ウォーキング!	山根テル子さん
⑤	2/20 (月)	知っておこう!糖尿病とストレスとの関係	保健師

※時間は全て10:00 ~ 11:30

※原則5回全ての教室に参加してください

- 内容 講義、座談会、運動実技など
- 対象 血液検査でHbA1cの値が5.6%以上の方、糖尿病が気になる方または家族 ※平成27年度または、今年度夏・秋コースに参加した方は対象外
- 定員 25名 (先着順)
- 申込期限 1/20 (金) まで
- ところ・申し込み先 四国中央市保健センター