

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 29年2月生	H 29年3月生	H 27年12月生	H 28年1月生	H 26年6月生	H 26年7月生
川之江 新宮	8/7 (月) 13:30～15:00	7/6 (木) 13:00～13:45	8/3 (木) 13:00～13:45	7/13 (木) 13:00～13:45	8/17 (木) 13:00～13:45	7/7 (金) 13:00～13:45	8/18 (金) 13:00～13:45
	川之江保健センター※						
伊予三島	7/20 (木) 13:30～15:00	7/11 (火) 13:00～13:45	8/8 (火) 13:00～13:45	7/25 (火) 13:00～13:45	8/29 (火) 13:00～13:45	7/4 (火) 13:00～13:45	8/1 (火) 13:00～13:45
	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、土居文化会館(ユースホール)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: 9/15 (金) 13:00～13:45		
土居	7/14 (金) 10:00～11:30	8/4 (金) 13:00～13:45 ※対象はH 29年3月生・4月生					
	土居こども館	土居庁舎1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。
- ※隣接する川之江文化センターの耐震工事が行われていますので、お気をつけください。

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

休日当番医 診療時間 9:00～18:00

月日	東部	西部
7/2	芝医院 56-4811 (妻鳥)	ふく整形外科 74-0029 (土居町中村)
7/9	クリニック山崎内科 57-0035 (川之江)	青野医院 74-7470 (土居町津根)
7/16	川上こどもクリニック 57-1155 (金生町山田井)	花房内科 24-2200 (中之庄)
7/17	矢部内科 23-5018 (三島宮川)	三島外科胃腸クリニック 24-3111 (中之庄)
7/23	川関高橋医院 56-2022 (金生町下分)	白石医院 25-0777 (豊岡町豊田)
7/30	岸田クリニック 56-0188 (妻鳥)	あんど整形外科 74-1715 (土居町小林)
8/6	福田医院 23-2188 (下柏)	栗整形外科病院 24-5550 (中之庄)

※都合により変更する場合があります

愛の血液助け合い運動のお知らせ

7月は「愛の血液助け合い運動」月間です。毎年夏になると、暑さなどで献血する人が少なくなります。献血車を見かけたら、ぜひ献血にご協力ください。なお献血日程は、愛媛県赤十字血液センターのホームページや電話でご確認ください。

■問い合わせ先 愛媛県赤十字血液センター  
089-973-0700  
四国中央保健所  
企画・医療対策グループ 23-3360

急病などで困った時は!

○テレガイド(休日・夜間救急当番医など)

23-5990  
消防署につながります。自動音声でその日の夜間救急病院の病院名と電話番号、また急患医療センターの電話番号を教えてください。

○病院案内 28-9119  
消防署につながります。担当者が症状などを聞いてどこの病院へ行けばよいか案内します。

○小児救急医療電話相談  
089-913-2777 または # 8000 (携帯・プッシュ回線)  
医師や看護師などが家庭での応急処置の方法や医療機関受診について教えてください。

◎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】月曜日～土曜日 19:30～22:30  
(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先生方のご協力により実施しています。

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。

♪ 愛媛こどもの食物アレルギーシンポジウム

保護者の皆さま、ぜひご参加ください。

■とき 7/30 (日) 13:30～16:00  
■ところ 福祉会館4階 多目的ホール  
■対象 医療・保育・教育関係者、保護者、こどもの食物アレルギーに関心のある方  
■問い合わせ先 宇摩医師会 56-4869

♪ おやこの食育教室(予約制)

料理を作る楽しさを通じて、「食育」について親子で考えましょう!

■とき 8/11 (金・祝) 9:30～13:00  
■内容 食育の話と調理実習  
■対象 5歳児～小学生とその保護者  
■定員 25組(先着順)  
■持参品 エプロン、三角巾、シューズ(子ども)、ふきん、米1人0.5合(70g)、お茶など  
■参加費 1人300円  
■申込期限 7/31(月)まで  
■ところ・申し込み先 四国中央市保健センター 28-6054

♪ ママパパ学級「沐浴編」(予約制)

妊娠・出産・育児について学べる教室です。

■とき 7/23 (日) 9:15～12:00  
■内容 妊娠中の歯の健康、パパの妊婦体験、赤ちゃん人形のお風呂(沐浴実習)  
■対象 市内在住の初妊婦さんとそのご主人(平成29年9月～12月ごろ出産予定の方)  
■持参品 母子健康手帳、筆記用具、お茶など  
■申込期限 7/14(金)まで  
■ところ・申し込み先 四国中央市保健センター 28-6054

♪ 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?

■とき 7/27 (木) 13:30～15:00  
(全5回シリーズのうちの2回目です)  
■内容 ご存知ですか?お口と全身の深い関係  
■講師 石川 晋さん(石川歯科)  
■対象 市民で40歳以上の方  
■定員 40名(受講者に粗品のプレゼントがあります)  
■ところ・申し込み先 四国中央市保健センター 28-6054

「元気歯つらつコンクール」応募者募集

愛媛県と愛媛県歯科医師会では満80歳以上で20本以上の歯を有している方を「元気歯つらつコンクール」で表彰しています。

応募条件を全て満たす方で、応募を希望される方は、四国中央保健所までお問い合わせください。

■応募条件  
○平成29年4月1日現在、満80歳以上  
○自分自身の機能する天然の歯を20本以上所有  
○これまで当コンクールで受賞経験がない  
○歯科健康診査を受けてもよい  
○受賞した場合、氏名・年齢・歯数・市名を公表してもよい  
■お問い合わせ先 四国中央保健所 地域支援係 23-3360

注意! 熱中症に気をつけて

高温・多湿となる季節になりましたので、熱中症予防に努めましょう。

○無理をせず徐々に身体を暑さに慣らしましょう  
○体調を整え、こまめに水分をとりましょう  
○体調の悪いときは特に注意しましょう



♪ からだとこころの健康相談(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 7/3(月)、8/7(月) 9:00～12:00  
四国中央市保健センター  
■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 四国中央市保健センター 28-6054

♪ 産後ケア事業を始めました!

出産後のお母さんが安心して子育てできるように、指定された施設でショートステイ(宿泊)やデイサービス(日帰り)を利用し、お母さんと赤ちゃんのケアや授乳、育児の相談などが受けられます。

■対象 市内に住民票がある生後4か月未満のお子さんを持つお母さんで、家族などから家事、育児などの援助を受けられない方のうち、次のいずれかに該当する方  
○産後に心身の不調がある方  
○育児への不安が強く、保健指導を必要とする方  
※四国中央市保健センターでの面接後に利用の決定をします。利用料、サービスの内容についてはお問い合わせください

■指定施設 四国中央病院、マミー助産院  
■申し込み・問い合わせ先 四国中央市保健センター 28-6054



♪ 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 7/28(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 7/24(月)まで  
■ところ・申し込み先 四国中央市保健センター 28-6054