

ロタウイルスワクチンの定期接種が始まります

10月1日から、「ロタウイルスワクチン」は予防接種法に基づく「定期接種」になります。

ロタウイルスは感染症胃腸炎の原因となるウイルスの一つで、乳幼児期にかかりやすい病気です。主な症状は、水のような下痢、吐き気、嘔吐、発熱、腹痛です。脱水症状がひどくなると点滴が必要となったり、入院が必要になることがあります。ロタウイルスワクチンの接種を受けることで、重症化予防に効果があるとされています。

■対象者

令和2年8月1日以降に生まれたお子さん

■接種場所 委託医療機関（市ホームページに掲載）

※委託医療機関は変更になる場合があります

※県外での接種をご希望の方は、事前に申請が必要です。お問い合わせください

■費用 無料

■持参品 予診票、接種券、母子健康手帳

■問い合わせ先 保健センター 28-6054



健やかでいきいきと暮らせるために

健康ガイド



新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、保健センターで実施している健診・教室・相談が中止・延期になる場合があります。市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

■問い合わせ先 保健センター 28-6054

健康まつりの代替事業を実施します

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、例年開催している「四国中央市健康まつり」の開催を見合わせ、パネル展示を実施します。ご来場ください！

■とき 10/13（火）～10/26（月）

■ところ 市役所市民交流棟1階 ロビー

■内容 健康づくりに関するパネル展示

■問い合わせ先 保健センター 28-6054

♪「健康づくりサポーター養成講座」&「知っ得！ゼミ」合同開催！（予約制・無料）

健康づくりのための、お得な情報をお届けします。（健康づくりサポーター養成講座第2回目、知っ得！ゼミ第3回目との合同開催となります）

■とき 10/16（金）13:30～14:30

■内容 「がんについて知ろう！」～最新の情報とがん対策を学ぼう～

■定員 35名程度

■持参品 筆記用具など

■講師 小川晴幾さん（HITO病院）

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

日曜マンモグラフィー

10月はピンクリボン月間です。お仕事で平日は忙しい方のために、日曜日に実施します！マンモグラフィーは2年に一度の検査が推奨されています。是非この機会に受診ください♪

■とき 10/18（日）9:00～12:20

■ところ HITO病院2階 総合健診センター

■対象 妊娠中・授乳中でない40歳～65歳の女性

■定員 20名（時間指定・先着順）

■申込期限 10/15（木）まで

■申込方法 HITO病院ホームページからお申し込みください。

■費用 3,000円（税込み）

■問い合わせ先

HITO病院 総合健診センター
58-8300



あなたを待っている人がいます 骨髄バンクに登録を！

10月は骨髄バンク推進月間です。骨髄バンクには、約53万人の方がドナー登録をしています。それでも移植を希望する患者さんのうち、実際に移植を受けられるのは約6割程度です。ドナー登録がまだまだ必要です。この秋、「命のボランティア」にご協力をお願いします。

■問い合わせ先 県薬務衛生課 089-912-2391

西条保健所 0897-56-1300

10月17日～23日は「薬と健康の週間」です

薬の効果・副作用などについて正しく理解していますか？

「健康サポート薬局」では、「かかりつけ薬局」によるお薬に関する相談に加え、健康食品や食事・栄養摂取に関すること、介護用品などに関する相談にも対応しています。

安心してお薬を使用するために、いつでも気軽に相談できる薬局を見つけましょう！

■問い合わせ先 県薬務衛生課 089-912-2391

（一社）県薬剤師会 089-941-4165

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対処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）

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

（日曜日・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

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。

♪ママパパ学級（予約制・無料）

妊娠・出産・育児について学べる教室です。

■とき 10/11（日）9:15～12:00

※当日は15分前から受付開始、時間厳守でお願いします

■内容 妊娠中の歯の健康、パパの妊婦体験、赤ちゃん人形をお風呂に入れよう（沐浴実習）

■対象 12月～令和3年3月ごろ出産予定で市内在住の初妊婦さんとそのご主人

■定員 10組程度

■持参品 母子健康手帳、筆記用具、飲み物

■申込期限 10/8（木）まで

■ところ・申し込み先 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 10/16（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名程度

■持参品 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きタオル

■申込期限 10/12（月）まで

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054



乳幼児健診～子どもの健やかな発育のために～

| お住まい (地域) | 4か月児健診 | | 1歳6か月児健診 | | 3歳児健診 | |
|--------------|--|------------------------|---|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| | R2年5月生 | R2年6月生 | H31年3月生 | H31年4月生 | H29年9月生 | H29年10月生 |
| 川之江 新宮 | 10/6（火） 12:45～13:30 | 11/4（水） 12:45～13:30 | 10/8（木） 12:45～13:30 | 11/12（木） 12:45～13:30 | 10/1（木） 12:45～13:30 | 11/5（木） 12:45～13:30 |
| | 川之江ふれあい交流センター | | | | | |
| 三島 | 保健センター | | 10/7（水） 12:45～13:30 | 11/11（水） 12:45～13:30 | 10/28（水） 12:45～13:30 | 11/18（水） 12:45～13:30 |
| | 10/9（金） 13:00～13:45 | | 保健センターで受診できない土居地域の方は、 <u>ユ一ホール（土居文化会館）1階（会場を変更しています）</u> 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：11/20（金）12:45～13:45 | | | |
| 土居 | ユ一ホール（土居文化会館）1階 ※会場を変更していますので、ご注意ください | | 保健センター | | | |

※10月及び11月の健診対象者は、受付時間などを個別に通知しますので、ご確認のうえ来所してください

※乳幼児健診の受付時間が変わりました（土居地域を除く）のでご注意ください

※お住まいの地域以外の健診日程で受診したい場合は、事前に下記までご連絡ください

●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。

●頭囲を測定しますので、健診当日お子さんの髪を留める場合は耳より上で留めないでください。

●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。

☎保健センター 28-6054

保健推進課川之江窓口 28-6214

保健推進課土居窓口 28-6350

季節性インフルエンザワクチン 接種時期ご協力のお願い

今年(令和2年)は過去5年で最大量(最大約6300万人分)のワクチンを供給予定ですが、より必要とされている方に確実に届くように、ご協力をお願いします。

10月1日～

接種希望の方はお早めに
65歳以上の方(定期接種対象者)*

*65歳以上の方のほか、60歳から65歳未満の慢性高度心・腎・呼吸器機能不全者等
*定期接種の開始日は、お住まいの市町村で異なりますのでご確認ください。

上記以外の方は
10月26日まで接種をお待ちください

65歳以上の方の接種ができるよう
ご協力をお願いいたします

10月26日～

接種希望の方はお早めに

**医療従事者
基礎疾患を有する方
妊婦
生後6ヶ月～小学校2年生**

上記以外の方も接種できます

皆様へのお願い

- ・感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いの徹底もお願いします。
- ・接種に当たっては、あらかじめ医療機関にお電話での予約をお願いします。
- ・インフルエンザワクチンは重症化予防などの効果がある一方で、発病を必ず防ぐわけではなく、接種時の体調などによって副反応が生じる場合があります。医師と相談の上、接種いただくとともに、接種後に体調に異変が生じた場合は医療機関にご相談いただくようお願いいたします。
- ・お示した日程はあくまで目安であり、前後があっても接種を妨げるものではありません。



高齢者インフルエンザ定期予防接種(無料)

インフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行に備え、患者の重症化抑制や医療機関の負担軽減を図るため、今年度は自己負担金を無料にします。

■接種期間 10/1(木)～12/31(木)まで

※休診日を除く

■対象者 接種日に満65歳以上の方、満60歳以上65歳未満で心臓や腎臓、呼吸器などに重い病気のある方

■接種回数 1回

■申し込み先 市と委託契約している医療機関

※医療機関については、かかりつけ医にご確認いただくか、お問い合わせください

※県外での接種を希望される場合は、事前に申請が必要ですので、お問い合わせください

■持参品 医療保険証、身体障害者手帳など

■問い合わせ先 保健センター 28-6054

インフルエンザワクチンの 高齢者などへの優先接種のお願い

インフルエンザワクチンは、予防接種法により65歳以上の方が定期接種対象者となっています。また、日本感染症学会の提言では医療従事者、基礎疾患を有する方、妊婦、小児への接種が強く推奨されています。

これらの方々が接種する機会を逸することのないよう、ご協力をお願いします。詳しくは、左のリーフレットや厚生労働省ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先 保健センター 28-6054



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

| 月日 | 東部 | 西部 |
|-------|--------------------------------|------------------------------|
| 10/4 | 芝医院 56-4811(妻鳥町) | ふく整形外科 74-0029(土居町中村) |
| 10/11 | 井上整形外科 24-2171(三島中央) | みよし循環器クリニック 24-5311(寒川町) |
| 10/18 | 井上整形外科クリニック 58-8700(金生町山田井) | 生協宇摩診療所 25-0114(寒川町) |
| 10/25 | 川上こどもクリニック 57-1155(金生町山田井) | 豊岡台病院 25-0088(豊岡町長田) |
| 11/1 | 松岡整形外科 58-5455(川之江町) | 恵康病院 74-7600(土居町蕪崎) |
| 11/3 | 福田医院 23-2188(下柏町) | 三島外科胃腸クリニック 24-3111(中之庄町) |
| 11/8 | 岸田メディカルクリニック 56-0188(妻鳥町) | 栗整形外科病院 24-5550(中之庄町) |

♪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 10/7(水)、11/4(水) 9:00～11:00

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

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

♪育児相談・妊婦相談(無料)

| 日時 | 場所 |
|----------------------|------------------|
| 10/5(月) 10:00～11:30 | 川之江にこにこルーム(出張相談) |
| 10/29(木) 13:30～15:00 | 保健センター |
| 11/26(木) 13:30～15:00 | 保健センター |
| 11/27(金) 10:00～11:30 | 土居こども館 |

※感染防止対策の徹底にご協力をお願いします

※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おりますのでお気軽にご相談ください

■問い合わせ先 保健センター 28-6054