

接種期限（3月31日）が近づいています！！

■問い合わせ先 保健センター 28-6054

※県外の医療機関で接種する方は、あらかじめ申請手続きが必要ですのでお問い合わせください

麻しん風しん混合予防接種【MR2期】（無料）

母子健康手帳を確認し、まだ接種していないお子さんは早めの接種をお勧めします。

対象者 平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれのお子さん

※4月1日以降は全額自己負担になります

高齢者の肺炎球菌予防接種

今年度の対象者の方には、紫色の封筒でご案内を昨年4月初旬にお送りしています。ご希望の方は、期限までに接種してください。

料金 4,000円

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9月生	R2年10月生	R元年7月生	R元年8月生	H30年1月生	H30年2月生
川之江新宮	2/3 (水) 12:45～13:30	3/3 (水) 12:45～13:30	2/18 (木) 12:45～13:30	3/11 (木) 12:45～13:30	2/4 (木) 12:45～13:30	3/4 (木) 12:45～13:30
三島	保健センター		2/10 (水) 12:45～13:30	3/10 (水) 12:45～13:30	2/17 (水) 12:45～13:30	3/17 (水) 12:45～13:30
土居			保健センターで受診できない土居地域の方は、 <u>ユーホール（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：3/26（金）12:45～13:45			
	ユーホール（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			

※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

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
2/7	ふじえだファミリークリニック 23-5864（中曽根町）	ふく整形外科 74-0029（土居町中村）
2/11	大西内科医院 56-2018（金生町下分）	鈴木医院 74-7700（土居町小林）
2/14	クリニック山崎内科 57-0035（川之江町）	みよし循環器クリニック 24-5311（寒川町）
2/21	芝医院 56-4811（妻鳥町）	生協宇摩診療所 25-0114（寒川町）
2/23	井上整形外科 24-2171（三島中央）	三島外科胃腸クリニック 24-3111（中之庄町）
2/28	松岡整形外科 58-5455（川之江町）	恵康病院 74-7600（土居町蕪崎）
3/7	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）

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

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 2/19（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

■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 2/15（月）まで

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

♪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。

■持参品 母子健康手帳、筆記用具、飲み物

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

※当日は15分前から受付開始、時間厳守でお願いします

※定員となりしだい、締め切りとさせていただきます

栄養・運動編

■とき 2/24（水）13:30～16:00

■内容 妊娠中・授乳中の食事や運動について、赤ちゃんの抱き方、授乳方法を学ぼう

※運動ができる服装（ズボンなど）でお越しください

■対象 4月～6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名 ■申込期限 2/16（火）まで

沐浴編

■とき 3/14（日）9:15～12:00

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

■対象 5月～8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 20名 ■申込期限 3/5（金）まで

♪育児相談・妊婦相談（無料）

日 時	場 所
2/25（木）13:30～15:00	保健センター
3/19（金）10:00～11:30	土居こども館
3/25（木）13:30～15:00	保健センター

※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い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

だれかを思う、だれかを救う。始めよう献血。
～はたちの献血キャンペーン～

新たに成人を迎えた「はたち」の若者を中心として、幅広い世代に献血への理解と協力をお願いするため、1～2月にかけて「はたちの献血」キャンペーンを開催しています。お近くで献血車を見かけたら、ぜひ献血にご協力ください。

■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

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

健やかでいきいきと暮らせるまちに

健康ガイド

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

4月から
集団健診の申し込み方法が変わります！

来年度に実施される集団健診の予約受付は4月中旬（予定）から始まります。また、**予約締め切り期限が健診日の1か月前となります**のでご注意ください。
詳しくは、広報4月号でお知らせします。

STEP 1 受けたい月を選ぶ

申し込みの流れ

6・7月に受けたい方
↓
広報4月号で確認

8月以降に受けたい方
↓
広報6月号に折り込みする健診カレンダーで確認

STEP 2 申し込み方法を選ぶ

●簡単、便利な Web 予約（24時間申込可能！）

●市が委託するコールセンターへ電話

■問い合わせ先
保健センター 28-6054 国保医療課 28-6020

♪健康づくりサポーター養成講座（予約制・無料）

地域を元気にするために、健康づくりに関する知識や技術を学びませんか？

■とき 2/22（月）13:30～14:40

※全5回コースのうちの最終回です

■内容 「地域みんなでロコモ撃退！」

■定員 40名程度

■持参品 筆記用具、飲み物など

■講師 間島直彦さん（HITO病院整形外科医師）

■ところ 福祉会館4階 多目的ホール

■申し込み先 保健センター 28-6054

♪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 3/10（水）9:00～11:00

■内容 健康相談、血圧測定、体脂肪測定、血管年齢測定など

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

9

8