

市役所への問合せ先

- ④ 本庁 保険健康課 ☎24-1111
 成人保健係 内線2182
 母子保健係 内線2130
 保健企画係 内線2137
- ⑤ 吉田支所健康推進係 ☎49-7096
- ⑥ 三間支所健康推進係 ☎49-7103
- ⑦ 津島支所健康推進係 ☎49-7062

健康ガイド



乳幼児健康診査・保健相談

対象の子どもには個人通知します。人数調整のため、個人通知の健診日が対象児・校区と異なる場合があります。受診希望で通知が届いていない人は、事前に連絡してください。

内容	とき	受付	ところ	対象児 (中学校区)
3か月児健康診査	8/2(火)	13:00～13:30	市役所	H28.4月生まれ (城南・城北・三間)
	3(水)	13:30～14:00	宇和島保健センター(祝森)	H28.4月生まれ (城東・津島)
	23(火)	13:00～13:30	吉田公民館	H28.4～5月生まれ (吉田)
8か月児健康相談	8/8(月)	9:30～10:00	三間保健福祉センター	H27.12月生まれ (三間)
	12(金)		吉田公民館	H27.12月生まれ (吉田)
	22(月)	津島保健センター	H27.12月生まれ (津島)	
	25(木)	9:30～11:00	宇和島保健センター(祝森)	H27.12月生まれ (城南・城北)
1歳6か月児健康診査	8/23(火)	13:00～13:30	吉田公民館	H26.11～H27.2月生まれ (吉田)
	31(水)		宇和島保健センター(祝森)	H26.12～H27.1月生まれ (城東) H27.1～2月生まれ (津島)
2歳児健康相談	8/26(金)	9:30～10:00	三間保健福祉センター	H26.2月～5月生まれ (三間)
3歳児健康診査	8/22(月)	13:00～13:30	市役所	H25.1～2月生まれ (城北・三間) H25.3月生まれ (城南)
	30(火)		宇和島保健センター(祝森)	H25.2月生まれ (城東) H25.2～3月生まれ (津島) H25.4月生まれ (城南)

集団健診

注：「平成28年度 宇和島市集団健 (検) 診日程表」は広報うわじま 4月号折り込みに掲載しております。

ところ	とき	健診項目									
宇和島	宇和島保健センター(祝森)	10/3(月)	特	肝	前	CR	胃	大			
	白浜集会所	4(火)	特	肝	前	CR	胃	大			
	小池公民館	5(水)	特	肝	前	CR	胃	大			
	きさいや広場	6(木)				CT		大	頸	マ	
	三浦公民館	14(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
		16(日)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
17(月)		特	肝	前	CR	胃	大		マ		
市役所 2階大会議室 または正面玄関	28(金)	特	肝	前	CR	胃	大				
吉田	吉田公民館	10/13(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
三間	三間保健福祉センター ※2日(日)託児予定。	10/2(日)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	工
		19(水)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
		20(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
津島	御横自然休養村管理センター 清満公民館	10/7(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
		17(月)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
	津島保健センター ※29日(土)託児予定。	16(日)	特	肝	前	CT CR	胃	大	頸	マ	
		29(土)				CR		大	頸	マ	工

特＝特定健診または後期高齢者健診
 肝＝肝炎ウイルス検診
 前＝前立腺がん検診
 CR＝肺がんデジタル検診 C R
 CT＝肺がんデジタル検診 C T
 胃＝胃がん検診
 大＝大腸がん検診
 頸＝子宮頸がん検診 (20才以上)
 マ＝乳がんマンモグラフィ
 工＝乳がん超音波検診 (30代女性)

健診の申込みは健診日の40日前ころに締切となります。受診を希望する人は、早めに電話で申し込んで下さい。(一部の会場は定員満了のため締切ました) 申込した人には健診日の4～5日前までに問診票などをお送りします。
 ※職場健診のある項目についての受診はご遠慮ください。

【問合せ先】

④ 成人保健係または各支所健康推進係

※託児を希望する人は、申し込みのときに託児の希望をお伝えください。

<対象>

- ▶ 特定健診：宇和島市国民健康保険被保険者のうち、平成29年3月31日までに40歳以上になる人
- ▶ 後期高齢者健診：後期高齢者医療の被保険者のうち、生活習慣病の治療・経過観察中でない人
- ▶ 各種がん検診：平成29年3月31日までに40歳以上になる人 (子宮頸がん検診のみ20歳以上になる人)。検診部位の術後、治療中、経過観察中の人は、対象外です。

市立宇和島病院 子育てセミナー

市立宇和島病院では、子どもの病気を中心に子育てに関する問題をテーマとして、定期的な少人数でのセミナーを開催しています。

※託児もできます（要連絡）。

【とき】毎月第1月曜日 午後1時～2時

※祝日の場合は、第2月曜日。

【ところ】市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室

【対象】子育てに関心のある人

【8月の内容】熱中症

【講師】市立宇和島病院小児科医 など

【申込方法】事前に電話または市立宇和島病院ホームページから申し込んでください。

【問合先】市立宇和島病院小児科外来

☎25-1111 内線22052

<http://www.uwajima-mh.jp/>

母子健康サービス

■もぐもぐ子育て講座 <参加無料>

【内容】身体計測、講話、育児・栄養相談 など

【持参品】母子健康手帳、筆記用具、育児のしおり

【対象】①②=H28. 1～3月生まれの子どもとその母親（家族）

③=H28. 1～2月生まれの子どもとその母親（家族）

とき	ところ	締切・問
① 8/8(月)	10:10～12:00 (受付)10:00～	三間保健福祉センター ㊨健康推進係
② 12(金)	吉田公民館	8/5(金)まで ㊧健康推進係
③ 19(金)	13:20～15:00 (受付)13:00～	宇和島保健センター（祝森） ㊩母子保健係

※①・②は育児相談と同日開催です。

妊婦さんへの思いやりを

妊娠初期は、赤ちゃんの成長やお母さんの健康を維持するためのとても大切な時期です。しかし、この時期は「つらい症状」があることが多いにもかかわらず、外見からは妊婦かどうか判断しにくい時期でもあります。マタニティマークを付けている人を見かけたら、思いやりのある心づかいをお願いします。



マタニティマーク

【問合先】㊦母子保健係

健康相談

■育児・健康相談（乳幼児・妊産婦）

【持参物】母子健康手帳

とき	受付	ところ	問
8/8(月)	9:30～11:00	三間保健福祉センター	㊨
12(金)		吉田公民館	㊧
22(月)		津島保健センター	㊩
26(金)		宇和島保健センター（祝森）	㊦

■まちの健康相談室（一般・成人）

【持参物】健康手帳（ある人）

とき	受付	ところ	問
8/8(月)	9:30～11:00	吉田支所	㊧
15(月)		三間公民館	㊨
16(火)		市役所	㊦
29(月)		津島保健センター	㊩

■こころの健康相談 <予約制・相談無料>

【とき】8月24日(水) 午後2時～4時

【ところ】市役所

【対象】子ども～高齢者

【申込・問合先】㊦成人保健係

市立宇和島病院 健康講座

■心臓病教室 <申込不要>

心臓病は適切な治療をしなければ、生命を脅かす病気です。まずは、生活習慣を改めることから始めましょう。

【とき】8月17日(水) 午後2時30分～3時30分

【内容】・内科医による睡眠と心臓病についての講義
 ・管理栄養士による食生活の講義

■糖尿病教室 <申込不要>

糖尿病は、日本人に多い疾患で、さまざまな合併症を引き起こします。正しい知識をもって自己管理をしましょう。

【とき】8月5日、19日、26日 いずれも金曜日。午後2時～3時

【内容】・糖尿病専門医、糖尿病療養指導士などのスタッフによる講義
 ・臨床検査技師による血糖値測定

<全教室共通>

【ところ】市立宇和島病院 北棟多目的栄養相談室

【申込・問合先】市立宇和島病院食養科

☎25-1111 内線20010

蚊媒介感染症にご注意ください

蚊媒介感染症は、ウイルスを保有する蚊に刺されることで発症し、デング熱やジカウイルス感染症（ジカ熱）などが該当します。感染してもすべての人に症状がでるわけではありませんが、発熱や関節の痛み、発疹がでるといった症状が1週間ほど続きます。

また、ジカ熱は妊婦が感染すると、胎児に小頭症が発生するリスクがあったり、デング熱ではまれに出血症状やショック症状を起こして重症化することがあります（デング出血熱）。

【蚊媒介感染症を防ぐための注意点】



①蚊に刺されないように注意しましょう

- ▷長袖、長ズボンなどを着用し肌の露出を避ける。
- ▷虫よけ剤などを使用し、虫を寄せ付けない。
- ▷室内の蚊の駆除を心がける。

②蚊を増やさないようにしましょう

- ▷下水溝、バケツなどの水が溜まる場所が蚊の幼虫の発生源にならないように注意する。

③医療機関を受診しましょう

- ▷蚊に刺されて3～7日程度で高熱などの症状がみられた場合は、医療機関を受診する。

【問合先】宇和島保健所健康増進課感染症対策係
☎22-5211内線257

ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に国の承認を得て販売される、先発医薬品と同じ有効成分をもつ医薬品のことです。希望する場合は、「ジェネリック医薬品希望カード」を医療機関や薬局窓口に提示し、相談しましょう。

＜ジェネリック医薬品の特徴＞

先発医薬品より安価で、効き目や安全性は、先発医薬品と同等です。

【問合先】保険健康課後期高齢者医療係☎内線2121
保険業務係☎内線2120

ひきこもり相談

宇和島保健所では、保健師による「ひきこもり相談」を行っています。

自宅にひきこもり、6ヵ月以上学校や仕事などに行かず、家族以外の人と親密な対人関係が持たない状態が続き、悩んでいる人や家族の皆さん、1人で悩まないで相談ください。一緒に考えていきましょう。相談無料。

【と き】月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前8時30分～午後5時15分

【対象者】18歳以上のひきこもり本人
およびその家族

【相談方法】電話相談（随時）または来所相談（予約制）

【問合先】宇和島保健所健康増進課企画係
☎22-5211内線275・283



Vol.94

～今年度の子宮頸がん・乳がんの無料クーポン券の対象のみなさん～
無料クーポン券を使って検診を受けましょう！

初期のがんは痛みなどの自覚症状がなく、発見されたときにはかなり進行していた…という例が少なくありません。乳がん、子宮頸がんは検診による早期発見が可能です。この機会にぜひ受診ください。

■今年度の無料クーポン券の対象者

子宮頸がん	平成7年4月2日～ 平成8年4月1日 生まれ
乳がん	昭和50年4月2日～ 昭和51年4月1日 生まれ

対象の人には、無料クーポン券を5月下旬に郵送しています。券を紛失された人は、再交付できます。
▷保険健康課（18番窓口）
▷各支所健康推進係 までお越しください。

■検診の種類

①集団検診（広報うわじま4月号掲載）

乳がん、子宮頸がんともに無料クーポン券を利用できます。

日程と場所が決まっています。託児を行っている日もありますのでお問い合わせください。

②個別検診（広報うわじま6月号掲載）

子宮頸がんのみ、宇和島市個別健康診査指定医療機関で無料クーポン券を利用できます。

※利用期間：平成29年2月28日(火)まで

【問合先】☎成人保健係☎内線2182または
各支所健康推進係