

市役所への問合せ先

- ㊦ 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
- ㊧ 吉田支所健康推進係 ☎49-7096
- ㊨ 三間支所健康推進係 ☎49-7103
- ㊩ 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	9/5(火)	13:00～13:30	宇和島保健センター(祝森)	H29.5月生まれ(城東・津島)
	6(水)		市 役 所	H29.5月生まれ(城南・城北・三間)
8 か月児健康相談	9/7(木)	9:30～10:00	吉 田 公 民 館	H29.1月生まれ(吉田)
	11(月)		三間保健福祉センター	H29.1月生まれ(三間)
	12(火)	9:30～11:00	宇和島保健センター(祝森)	H29.1月生まれ(城東・城南・城北)
	19(火)	9:30～10:00	津 島 保 健 セ ン タ ー	H29.1月生まれ(津島)
1歳6か月児健康診査	9/20(水)	13:15～13:45	市 役 所	H28.2～3月生まれ(城南・城北・三間)
2 歳 児 健 康 相 談	9/21(木)	9:30～10:00	津 島 保 健 セ ン タ ー	H27.2～5月生まれ(津島)
	26(火)	9:30～10:30	吉 田 公 民 館	H27.2～5月生まれ(吉田)
	27(水)	10:30～11:30 13:00～15:00	宇和島保健センター(祝森)	H27.2～3月生まれ(城東・城南・城北)
3 歳 児 健 康 診 査	9/19(火)	13:00～13:30	市 役 所	H26.4月生まれ(城東) H26.3月生まれ(城南) H26.4～5月生まれ(城北・三間)
5 歳 児 健 康 診 査	9/25(月)	※決まり次第個人通知します。	宇和島保健センター(祝森)	H24.8～9月生まれ(全校区希望者)

集団健診

注：「平成29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います。

と こ ろ		と き	健 診 項 目						
宇和島	市役所 2階大会議室 または正面玄関	11/6(月)	特	肝	前	CR	胃	大	
		26(日)	特	肝	前	CR	胃	大	頸 マ
		27(月)	特	肝	前	CR	胃	大	頸 マ
	宇和島保健センター(祝森) きさいや広場	11(土) 17(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸 マ
三間	三間保健福祉センター	11/9(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸 マ
津島	津島保健センター	11/12(日)	特	肝	前	CR CT	胃	大	頸 マ

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CR
CT＝肺がんデジタル検診CT
胃＝胃がん検診
大＝大腸がん検診
頸＝子宮頸がん検診(20歳以上)
マ＝乳がんマンモグラフィ

<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30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
- ▶ 肝炎ウイルス検診：平成30年3月31日までに40歳以上になる人で、今までに肝炎ウイルス検査を受けたことのない人(病院で肝炎の治療中の人や経過観察中の人は受診できません)
- ▶ 各種がん検診：検診部位の術後、治療中、経過観察中の人は対象外です

【問合せ先】㊦ 成人保健係または各支所健康推進係

健診の申し込みは健診日の40日前には締め切りとなります。受診を希望する人は、早めに電話で申し込んでください(定員満了のため受け付けを締め切った会場があります)。

申し込みした人には健診日の4～5日前までに問診票などを送ります。職場健診のある項目についての受診は遠慮ください。

市立宇和島病院 健康講座

■糖尿病教室（昼間の部） <申込不要>

【と き】9月1日、8日、15日 午後2時～3時
 ※いずれも金曜日。

【内 容】医師、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

■糖尿病教室（夜間の部） <申込不要>

【と き】9月28日(木) 午後6時30分～7時30分

【内 容】内科医師、臨床検査技師、薬剤師の講義、臨床検査技師による血糖値測定

■肝臓病教室 <申込不要>

【と き】9月6日(水) 午後1時30分～2時30分

【内 容】内科医師による肝臓疾患、看護師による排便コントロールについての講義

■生活習慣病対策のためのお料理教室

<申込が必要>

【と き】9月13日(水) 午後1時30分～3時30分

【内 容】管理栄養士によるコレステロールが気になる人のための実習

【定 員】10人（先着順）

■心臓病教室 <申込不要>

【と き】9月20日(水) 午後2時30分～3時30分

【内 容】内科医師による心疾患、看護師による日常生活についての講義

【ところ】

（糖尿病教室：昼間のみ）市立宇和島病院 北棟講堂
 （その他）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

母子健康サービス

■もぐもぐ子育て講座 <参加無料>

離乳食について、楽しく学習してみませんか。

と き	と ころ	締 切
9/28(木) 13:20～15:00 (受付)13:00～	宇和島保健 センター(祝森)	9/21(木)まで

【内 容】身体計測、講話、育児・栄養相談など

【対 象】H29.4月生まれの子どもとその母親(家族)

【持参品】母子健康手帳、筆記用具、育児のしおり

【申込・問合先】㊦ 母子保健係または各支所健康推進係

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
9/7(木)	9:30～11:00	吉 田 公 民 館	㊧
11(月)		三間保健福祉センター	㊨
13(水)		宇和島保健センター(祝森)	㊦
19(火)		津 島 保 健 セ ン タ ー	㊩

■まちの健康相談室（一般・成人）

と き	受 付	と こ ろ	問
9/11(月)	9:30～11:00	吉 田 支 所	㊧
15(金)		市 役 所	㊦
25(月)		三 間 公 民 館	㊨
		津島保健センター	㊩

■思春期の個別相談 <予約制・相談無料>

【と き】9月14日(木) 午前11時～正午、午後1時～4時

【ところ】宇和島保健センター(祝森)

【対 象】学童・思春期の子とその保護者など

【申込・問合先】㊦ 母子保健係

■思春期の子を持つ親のつどい

【と き】9月22日(金) 午後7時30分～9時

【ところ】市役所 202会議室

【申込・問合先】㊦ 成人保健係

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6ヵ月以上ひきこもり、学業や仕事に就かず、家族以外の人と親密な対人関係がもてない状態が続いて困って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】18歳以上のひきこもりの本人とその家族

【相談方法】

▷電話相談(随時)

▷来所相談(予約制)

【申込・問合先】宇和島保健所健康増進課

☎22 - 5211 内線275・283

市立宇和島病院 子育てセミナー

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セミナーを開催しています。事前予約なしでどなたでも参加できます。託児を希望する場合は事前申し込みが必要です。

【と き】 毎月第1月曜日 午後1時～2時

【ところ】 市立宇和島病院 北棟多目的栄養相談室

【対 象】 子育てに関心のある人

【9月の内容】 喘息

【講 師】 市立宇和島病院小児科医 など

【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/>

「さくらサロン」ミニ講座

院内外のがん患者さんと家族の語り合いの場を提供しています。 <申込不要>

【と き】 9月27日(水) 午後1時30分～3時30分

【ところ】 市立宇和島病院 北棟多目的栄養相談室

【内 容】

▷ミニ講座：知っておきたい抗がん剤治療の実際

(講師) がん化学療法看護認定看護師 竹内 幸美 さん

▷茶話会(午後2時～3時30分)

※どちらかみの参加でも構いません。

【問合先】 市立宇和島病院医事課地域連携室

☎25-1111内線22022

食生活改善推進協議会事業

■推進員養成講座

<参加無料・テキスト付>

	と き		と ころ
第1回	9/26(火)	13:00～16:00	市 役 所
第2回	10/26(木)	9:00～13:00	鶴 島 公 民 館
第3回	11/22(水)		
第4回	12/15(金)		
第5回	H30.1/16(火)	9:00～13:30	宇 和 島 保 健 センター(祝森)

※5回全て受講できなくてもかまいません。受講後の入会は自由です。

【内 容】 健康や食生活についての講義と調理実習(第1回は調理実習はありません)

【準備物】 エプロン、手拭タオル、筆記用具 ほか

【募集人数】 20人程度(男女問いません)

【申込期限】 9月20日(水)まで

■男が極める！郷土料理教室

<参加無料>

【と き】 9月13日(水) 午前10時～(10分前集合)

【ところ】 明倫公民館

【内 容】 調理実習(宇和島鯛めし、酢のもの など)

【準備物】 エプロン、手拭タオル、筆記用具 ほか

【募集人数】 男性20人程度

※11月以降に岩松、三間でも別献立で開催予定。

【申込期限】 9月11日(月)

【申込・問合先】 食生活改善推進協議会事務局

(☎母子保健係内) ☎内線2179・2131



Vol. 107

早期がんの発見は検診から！ - 毎年9月はがん征圧月間です -

平成28年度、市の検診では受診者延べ19,605人中24人のがん発見ができました。そのうち、半数以上は早期がんでした。現在、日本人の2人に1人が「がん」になるといわれています。「自分は大丈夫」と思っていませんか？検診で早期発見することで、早期治療につながります。

各がん検診は40歳以上の人が対象です(子宮頸がんのみ20歳以上)。

がん検診の種類	自己負担金		本来の検査費用(参考)
	集 団	個 別	
胃がん	透 視	1,000 円 70 歳以上無料	2,000 円
	カメラ		2,000 円
肺がん	C T	3,000 円	6,000 円程度
	C R	1,000 円 65 歳以上無料	2,300 円程度
大 腸 が ん	500 円 70 歳以上無料		1,700 円程度
前 立 腺 が ん	700 円		2,100 円程度
乳 が ん	1,500 円		4,400 円程度
子 宮 頸 が ん	500 円	1,500 円	4,700 ～ 7,000 円程度

※年度末年齢40歳の方は、胃がん・大腸がん・肺がんC R検診が無料です。子宮頸がん、乳がん検診は、対象の人に無料クーポン券を送付しています。

【申込・問合先】 ④成人保健係
または各支所健康推進係

