

乳幼児健康診査・保健相談

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	5/8(火)	13:30～14:00	宇和島保健センター (祝森)	H30.1月生まれ(三間・津島) H30.1月上～中旬生まれ(城東・城南・城北)
8か月児健康相談	5/11(金)	9:30～10:00	吉田公民館	H29.9月生まれ(吉田)
	14(月)		三間保健福祉センター	H29.9月生まれ(三間)
	21(月)		津島保健センター	H29.9月生まれ(津島)
	22(火)	9:30～11:00	宇和島保健センター (祝森)	H29.9月生まれ(城東・城南・城北)
1歳6か月児健康診査	5/9(水)	13:00～13:30	宇和島保健センター (祝森)	H28.9～10月生まれ(城東・津島) H28.10月生まれ(城南)
2歳児歯科健康診査	5/24(木)	13:20～13:50	吉田公民館	H27.10～H28.1月生まれ(吉田)
	29(火)	13:00～13:30	宇和島保健センター (祝森)	H27.10月生まれ(城東) H27.11月生まれ(城南・三間・津島)
3歳児健康診査	5/10(木)	13:00～13:30	宇和島保健センター (祝森)	H26.11月生まれ(城東・城南・城北・三間) H26.10～11月生まれ(津島)
5歳児健康診査	5/28(月)	※決まり次第個人通知します。	宇和島保健センター (祝森)	H25.4～5月生まれ(全校区希望者)

宇和島市食育プラン「第3次」を策定しました！

健康づくり通信
VOL.115



私たちが生涯を通して心身ともに健康であるためには、子どものころから健全な食生活を営むことが基本であり、ライフステージに応じた継続的な「食育」が必要です。本プランは、「食を大切にし、健康で心豊かに生きる力を育む」を基本理念とし、3つの目的のもと目標を掲げ、関係機関と連携、協働して取り組みます。

▶ 健康を意識した食生活を送る

- ①規則正しい生活リズムを身に付ける
- ②望ましい栄養や、食事のとり方を理解し実践できる
- ③食品の品質や、安全性について判断できる

▶ 生きる力となる食を大切にす る心を持つ

- ①食に関心を持ち、おいしく楽しく食べることができる
- ②食への感謝の気持ちを持つことができる
- ③食べ物を無駄にせず、食品ロス削減に取り組むことができる

▶ 食文化を大切に継承する

- ①地産地消(地元食材の利用促進)を進める
- ②宇和島の食(恵)を知り、生活の中に取り入れる
- ③郷土の味を伝承する

【問合先】 ㊦ 母子保健係 ☎内線2179

いただきます！みんな笑顔 宇和島ごはん(食育プランキャッチフレーズ)
毎月19日は「食育の日」です。家族で楽しみながら「食育」に取り組みましょう。





集団健診

注：「平成30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	大浦自治会館(旧営林署)	7/2(月)	特	肝	前	CR	胃	大							
	きさいや広場	6(金)	特	肝	前	CR	胃	大							
		7(土)	特	肝	前	CT	胃	大	頸		マ		若		
	宇和島保健センター	17(火)						大	頸	セ	マ	エ			
	J A 高光支所	25(水)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
J A えひめ南本所(栄町港)	26(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ					
吉田	奥南公民館	7/2(月)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ		若		
	喜佐方公民館	3(火)				CT		大	頸		マ				
	J A 玉津支所	4(水)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ		若		
	J A 喜佐方支所	11(水)	特	肝	前	CR	胃	大					若		
	J A 立間中央支所	12(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ		若		
三間	高齢者コミュニティセンター	7/25(水)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
	曾根集会所	27(金)	特	肝	前	CR	胃	大							
津島	津島保健センター	7/19(木)	特	肝	前	CT CR	胃	大	頸		マ	エ	若		

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)
 セ＝子宮頸がん・体がん(エコー)
 セット検診(50～69歳女性)
 マ＝乳がんマンモグラフィ
 エ＝乳がん超音波検診(30代女性)
 若＝若年者健診(19～39歳)

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る場合があります)。

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。

【問合先】 ☎ 成人保健係 ☎ 内線 2182 または 各支所健康推進係

<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31年3月31日までに40歳以上になる人
- ▶ 肝炎ウイルス検診：平成31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。

健康相談

■ まちの健康相談室(一般・成人)

とき	受付	ところ	問
5/14(月)	9:30～11:00	吉田支所	☎
21(月)		市役所	☎
21(月)		三間公民館	☎
28(月)		津島保健センター	☎

■ 思春期の子を持つ親のつどい

【とき】 5月25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】 ☎ 母子保健係 ☎ 内線2105

■ 育児・健康相談(乳幼児・妊産婦)

とき	受付	ところ	問
5/11(金)	9:30～11:00	吉田公民館	☎
14(月)		三間保健福祉センター	☎
21(月)		津島保健センター	☎
23(水)		宇和島保健センター(祝森)	☎

【持参物】 母子健康手帳

■ 思春期の個別相談

<予約制・相談無料>

【とき】 5月31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 ☎ 内線2128