

## 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	8/2(水)	13:00～13:30	宇和島保健センター(祝森)	H29.4月生まれ(城東・津島)
	4(金)	13:30～14:00	市役所	H29.4月生まれ(城南・城北・三間)
	23(水)	13:00～13:30	吉田公民館	H29.4～5月生まれ(吉田)
8か月児健康相談	8/10(木)	9:30～10:00	三間保健福祉センター	H28.12月生まれ(吉田)
	14(月)		宇和島保健センター(祝森)	H28.12月生まれ(三間)
	17(木)	9:30～11:00	津島保健センター	H28.12月生まれ(城東・城南・城北)
	21(月)		吉田公民館	H28.12月生まれ(津島)
1歳6か月児健康診査	8/23(水)	13:00～13:30	吉田公民館	H27.11～H28.2月生まれ(吉田)
	24(木)		宇和島保健センター(祝森)	H27.12～H28.1月生まれ(城東・津島) H28.1月生まれ(城南)
2歳児健康相談	8/25(金)	9:30～10:00	三間保健福祉センター	H27.2～5月生まれ(三間)
3歳児健康診査	8/9(水)	13:00～13:30	市役所	H26.1～2月生まれ(城南) H26.2～3月生まれ(城北・三間)
	22(火)		宇和島保健センター(祝森)	H26.2～3月生まれ(城東) H26.2月生まれ(津島)

## 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	三浦公民館	10/6(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
	きさいや広場	11(水)				CT		大	頸	マ	
	市役所 2階大会議室 または正面玄関	20(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
		22(日)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
	31(火)				CT		大	頸	マ		
吉田	吉田公民館	10/18(水)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	エ
三間	三間保健福祉センター	10/30(月)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
津島	北灘公民館	10/19(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
	清満公民館	20(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸	マ	
	津島保健センター	28(土)						大	頸	マ	エ

※10/18(水) 吉田公民館、28(土) 津島保健センターは、託児を予定しています。検診申込時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: 平成30年3月31日までに40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)

【問合せ先】 ㊦ 成人保健係または各支所健康推進係

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)  
※×は定員満了。

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 <申込不要>

糖尿病は、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4日、18日、25日 午後2時～3時

※いずれも金曜日。

【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

### ■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23日(水) 午後2時30分～3時30分

【内 容】 内科医師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

【ところ】 (糖尿病教室) 市立宇和島病院 北棟講堂 (そのほか) 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>

【と き】 8月29日(火) 午後1時20分～3時

(受付：午後1時～)

【ところ】 宇和島保健センター (祝森)

【内 容】 身体計測、講話、育児・栄養相談 など

【対 象】 H29.3月生まれの子どもの母親(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】 8月22日(火)までに ㊦母子保健係 または各支所健康推進係

## 妊婦さんへの思いやりを

妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、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。「つらい症状」がある場合が多いにもかかわらず、外見からは、妊婦であるかどうか判断しにくい時期です。マタニティマークを付けているお母さんを見かけたら、思いやりのある心づかいをお願いします。



【問合先】 ㊦母子保健係

マタニティマーク

## 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
8/10(木)	9:30～11:00	吉 田 公 民 館	㊧
14(月)		三間保健福祉センター	㊨
18(金)		宇和島保健センター(祝森)	㊦
21(月)		津島保健センター	㊩

### ■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
8/16(水)	9:30～11:00	市 役 所	㊦
21(月)		吉 田 支 所	㊧
		三 間 公 民 館	㊨
28(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23日(水) 午後2時～4時 (精神科医)

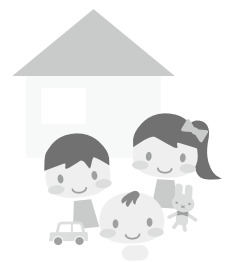
【ところ】 市役所

【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 子育てセミナー

核家族化が進む昨今、子育てに関して不安を感じている人が多いのではないのでしょうか。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。



【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 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。

※託児もできます (要連絡)。

【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/>

## 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るほか、デング熱では出血を伴うデング出血熱となり、重症化する可能性があります。

## 【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

## 院内納涼コンサート

和琴などによる納涼コンサートを今年も行います。暑さが厳しい毎日ですが、和琴などの音色で涼しいひとときを過ごしてください。

<入場無料>

【と き】8月7日(月) 午前10時40分～

【ところ】市立宇和島病院 北棟2階講堂

【出演】

▷玉木こどもおこと教室

▷琴好会玉木社中 ほか

【問合先】市立宇和島病院総務管理課総務係 ☎25-1111内線21093



Vol.106

～今年度の子宮頸がん・乳がんの無料クーポン券の対象の皆さん～  
**無料なのに受けないなんてもったいない！**  
**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

対象の人には、5月下旬に郵送しています。

子宮頸がん	平成8年4月2日～ 平成9年4月1日	生まれ
乳がん	昭和51年4月2日～ 昭和52年4月1日	生まれ

## ■無料クーポン券の再交付

▷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、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30年2月28日(水)まで

【問合先】☎成人保健係または各支所健康推進係