

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	1/10(水)	13:00~13:30	宇和島保健センター(祝森)	H29.9月生まれ(城東・津島)
	11(木)		市役所	H29.9月生まれ(城南・城北・三間)
8か月児健康相談	1/9(火)	9:30~10:00	三間保健福祉センター	H29.5月生まれ(三間)
	12(金)		吉田公民館	H29.5月生まれ(吉田)
	15(月)		津島保健センター	H29.5月生まれ(津島)
	18(木)			H29.5月生まれ(城東・城南・城北)
1歳6か月児健康診査	1/30(火)	13:00~13:30	宇和島保健センター(祝森)	H28.5~6月生まれ(城東)
				H28.5~7月生まれ(津島)
2歳児健康相談	1/24(水)	13:00~15:00		H27.6~7月生まれ(城東・城南・城北)
	25(木)	9:30~10:30	吉田公民館	H27.6~9月生まれ(吉田)
	26(金)	9:30~10:00	津島保健センター	H27.6~9月生まれ(津島)
3歳児健康診査	1/23(火)	13:15~13:45	市役所	H26.6月生まれ(城南)
				H26.7~8月生まれ(城北)
				H26.8月生まれ(三間)
5歳児健康診査	1/29(月)	※決まり次第個人通知します。	宇和島保健センター(祝森)	H24.12~H25.1月生まれ(全校区希望者)

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
1/9(火)	9:30~11:00	三間保健福祉センター	⑥
12(金)		吉田公民館	⑤
15(月)		津島保健センター	⑦
19(金)		宇和島保健センター(祝森)	④

■まちの健康相談室(一般・成人)

とき	受付	ところ	問
1/9(火)	9:30~11:00	吉田支所	⑤
15(月)		市役所	④
		三間公民館	⑥
		津島保健センター	⑦

■思春期の個別相談

<予約制・相談無料>

【とき】1月25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・問合せ先】④母子保健係

■思春期の子を持つ親のつどい

【とき】1月26日(金)午後7時30分~9時

【ところ】市役所 202会議室

【申込・問合せ先】④成人保健係

■心の健康相談

<予約制・相談無料>

【とき】2月14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・問合せ先】④成人保健係

ふるさとの味研究会

■ふるさとの味研究会試食会 <申込が必要>

【とき】2月14日(水) 午前11時30分～

【ところ】市役所 2階大会議室

【定員】150人 (応募者多数の場合は抽選)

【申込方法】1通の応募で2人まで参加できます。

1月26日(金) (消印有効) までに往復はがきに、代表者の郵便番号、住所、氏名、電話番号、参加人数を記入し、〒798-8601宇和島市曙町1番地 宇和島市役所保険健康課内 食生活改善推進協議会事務局へ

※参加無料。1人1通のみ。

【問合せ】㊦ 母子保健係

☎内線2179

(表面)

62	000-0000	白紙
〒	申込先	

(裏面)

62	000-0000	郵便番号
〒	住所	(申込者)
	氏名	氏名
	電話番号	電話番号
	参加人数	参加人数

市食生活改善推進協議会事業

■男が極める！郷土料理教室 <参加無料>

【とき】1月12日(金) 午前9時30分～午後1時

(集合：午前9時20分)

【ところ】三間保健福祉センター

【内容】調理実習：はまちの伊達揚げ、ぶり大根、白菜サラダ

【定員】男性20人程度

【準備物】エプロン、手拭タオル、筆記用具 など

【申込・問合せ】1月9日(水)までに食生活改善推進協議会事務局(㊦ 母子保健係内)

平成29年度無料クーポン券

子宮頸がん・乳がんの無料クーポン券を使い忘れていませんか。対象者には、無料クーポン券を5月下旬ごろに郵送しています。ぜひ利用ください。

▷子宮頸がん検診のクーポン券：「集団検診」または、2月28日(水)まで「医療機関(市個別健康診査指定医療機関)」で利用できます。

▷乳がん検診のクーポン券：「集団検診」のみ

【集団検診日程】 <申込が必要>

▷1月16日(水) 吉田公民館

▷1月17日(水) 市役所 2階大会議室、津島保健センター

※クーポン券を紛失した場合は、再交付ができません。

【申込・問合せ】㊦ 成人保健係または各支所健康推進係

母子健康サービス

■パパママスクール <参加無料>

【内容】パパの役割、妊婦体験、簡単メニューの試食、妊娠中の栄養・減塩について、赤ちゃんの特徴、お風呂の入れ方、抱き方、オムツの替え方

【対象】妊婦とその配偶者 16組

【持参品】母子健康手帳、筆記用具

※動きやすい服装でお越しください。

とき	ところ	締切・問
1/19(金) 19:00～21:00	宇和島保健センター(祝森)	1/12(金)までに ㊦ 母子保健係または各支所健康推進係

■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

【対象】H29. 8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

とき	ところ	締切・問
1/31(水) 13:20～15:00 (受付)13:00～	宇和島保健センター(祝森)	1/24(水)までに ㊦ 母子保健係または各支所健康推進係

高齢者インフルエンザ予防接種の期間延長

今年度、インフルエンザワクチンが不足したことにより、高齢者の定期接種の費用助成期間を延長することになりました。予防接種を受けて、インフルエンザを予防しましょう。

【公費助成対象者】市の住民基本台帳に記載があり、次の要件を満たす人

▷平成29年12月31日までに65歳

以上になる人

※平成30年1月1日～1月31日

までに65歳になる人は対象外

です。

▷60歳～64歳の人で心臓や腎臓、呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいのある人

【接種回数】1回

【接種期間】1月31日(水)まで

【接種費用】1,000円

※生活保護世帯の人は無料(証明書が必要)。

実施医療機関が追加になりました。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【問合せ】㊦ 保健企画係



市立宇和島病院 健康講座

■心臓病教室 <申込不要>

【と き】 1月17日(水) 午後2時30分～3時30分

【内 容】 内科医師による心不全について、臨床検査技師による画像診断について

■やわらか食料理教室 <申込が必要>

【と き】 1月26日(金) 午後2時～4時

【内 容】 管理栄養士・調理師による飲み込みやすい食事の実習

【定 員】 10人 (先着順)

【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

無料乳がん検診

【と き】 3月24日(土) 午前9時～午後3時

【ところ】 きさいや広場

【対 象】

▷ 39歳以下の人 (乳房超音波検査) : 30人

▷ 40歳以上の人 (マンモグラフィ) : 60人

【申込方法】 1月31日(水)までに住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号を連絡ください。申請書類を送付します(先着)。

【申込・問合先】 国際ソロプチミスト宇和島事務局
☎090 - 1001 - 6158 FAX 0895 - 22 - 0224

Vol. 111

受けましたか、「特定健診」(個別健診)

受診期限が迫っています。まだの人は、お急ぎください!生活習慣病予防のために年に1回健康チェックすることは大切です。

特定健診を初めて受けた人には、健診結果の管理に役立つ「健康管理ファイル」をプレゼント

市国民健康保険被保険者(40～74歳)の人は11月に「特定健康診査受診券」(クリーム色)を送付しています。また、今年度40歳になる人(昭和52年4月1日～昭和53年3月31日生まれ)は、胃がん検診も無料で受診できます。

※受診券を紛失した人、がん検診(胃がん・子宮頸がん)を希望の人は連絡ください。がん検診は市国民健康保険被保険者に限らず申し込み可能です。

すでに1月の集団健診を申し込みの人は、当日受診券を必ず持参ください。

【問合先】 ④成人保健係

市立宇和島病院 子育てセミナー

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】 1月15日(月) 午後1時～2時

※通常は、毎月第1月曜日。

【ところ】 市立宇和島病院 北棟多目的栄養相談室

【1月の内容】 小児の発熱

【対 象】 子育てに関心のある人

【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/>

市立宇和島病院 市民公開講座

がんの予防、検診、治療などについて知識を深めるための講演会です。 <入場無料>

【と き】 2月3日(土) 午前10時～正午

【ところ】 市立宇和島病院 北棟講堂

【内 容】 婦人科がんの疾患および治療

講 演	▷「がん」と診断されても安心して生活するために-愛媛県在宅緩和ケア推進モデル事業(宇和島地区)について- 市立宇和島病院 看護部 緩和ケア認定看護師 井上 幸子
	▷婦人科がんの最新のトピックス 愛媛大学 医学部 産婦人科 准教授 松元 隆

【問合先】 市立宇和島病院医事課 ☎25 - 1111内線
50413

検 査 内 容	診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査
指定医療機関	医療機関の一覧表は受診券と一緒に送付しています。
対 象	市国民健康保険加入者のうち、今年度内に40～74歳になる人 ※生活習慣病の治療中の人も主治医と相談のうえ、受けることができます。
自己負担額	無料
持 参 物	▷送付している特定健康診査受診券(クリーム色)、健康診査質問票(白) ▷国民健康保険被保険者証
受 診 期 間	2月28日(水)まで