

子どもの予防接種

<無料>

■麻しん風しん混合予防接種

【対 象】

- ▶ 第1期：1～2歳になる前日まで
- ▶ 第2期：平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの人

【内 容】市内の実施医療機関にて個別接種

※医療機関に電話で予約をしてください。

■日本脳炎予防接種

【対 象】

- ▶ 第1期：0歳6か月～7歳5か月
- ▶ 第2期：9～12歳

※日本脳炎の予防接種が完了していない人で平成7年4月2日～平成21年10月1日の間に生まれた20歳未満の人は、特例措置として未接種分を受けられる場合があります。



<共 通>

【申込・問合先】㊤保健企画係 ☎内線2137

育児・健康相談（乳幼児・妊産婦）

と き	受 付	と ころ	問
7/8(月)	9:30～11:00 (持参物：母子手帳)	三間保健福祉センター	㊦
12(金)		吉 田 公 民 館	㊥
16(火)		津 島 保 健 セ ン タ ー	㊧
31(水)		宇和島保健センター(祝森)	㊤

まちの健康相談室（一般・成人）

と き	受 付	と ころ	問
7/8(月)	9:30～11:00	吉 田 支 所	㊥
16(火)		三 間 公 民 館	㊦
22(月)		津 島 保 健 セ ン タ ー	㊧
29(月)		市 役 所	㊤

子どもの肥満は放っておかない！～肥満は家族で改善を～

健康づくり通信
VOL. 128

子どもの肥満が、成人期の生活習慣病の原因となることを知っていますか？

子どもの成長において肥満や痩せが確認される場合は、改善に向けた食事のポイントなどを伝え、早期改善への取り組みを勧めます。

また、親の食習慣や好みなどが子どもの肥満には大きな影響を与え、肥満を左右する原因の1つになります。そのため、子どもの食習慣の改善は、家族で見直すことが大切です。

【問合先】㊤母子保健係
☎内線2128

【成人期に肥満になる割合】

- ▶ 幼児期肥満→25%
- ▶ 学童前期肥満→40%
- ▶ 思春期肥満→70～80%

【親の食習慣がもたらす子どもの肥満の割合】

- ▶ 両親肥満→80%
- ▶ 母肥満→60%
- ▶ 父肥満→40%
- ▶ 両親肥満無し→10%

たくさん当てはまると要注意！

- ☐ ご飯やパンなど(炭水化物)の摂取量が多い
- ☐ 脂っこいものが好き
- ☐ ほぼ毎日間食をしている
- ☐ 夕食後就寝までの時間帯によく飲食をする
- ☐ 朝食は食べたり食べなかったりする
- ☐ 早食い、ドカ食い、ながら食が多い
- ☐ 濃い味付けが好みである
- ☐ 外食やファストフード、レトルト食品をよく利用する
- ☐ 甘い清涼飲料水をよく飲む
- ☐ 野菜や海草類の摂取量が少ない



さくらサロン

<申込不要・無料>

【と き】 7月24日(水) 午後1時30分～3時30分
 【ところ】 市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室
 【内 容】 ミニ講座、茶話会(午後2時～)
 【対 象】 がん患者と家族(遺族を含む)
 【問合先】 市立宇和島病院医事課地域連携室
 ☎25-1111内線22022

乳幼児健康診査・保健相談

対象者に通知します。「伊達なうわじま安心ナビでも確認できます。



集団健診

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。



B型肝炎訴訟説明会

<申込不要・無料>

【と き】 7月28日(日) 午後1時30分～1時間程度
 【ところ】 宇和島第一ホテル
 【内 容】 集団予防接種の際の注射器回し打ちによるB型肝炎ウイルス感染被害に関し、和解金支払などの救済を受ける手続きの説明
 【問合先】 全国B型肝炎訴訟広島弁護団(広島弁護士会所属：我妻正規) ☎0120-10-6589

市立宇和島病院 子育てセミナー<申込不要>

【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1階多目的栄養相談室
 【内 容】 事故(水の事故、誤飲など)
 【対 象】 子育てに関心のある人
 【問合先】 市立宇和島病院小児科外来 ☎25-1111内線22052

もぐもぐ子育て講座

<無料>

【と き】 8月8日(木) 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】 平成31年3月生まれの子どもと保護者
 【申込・問合先】 8月1日(木)までに㊤母子保健係 ☎内線2130または各支所健康推進係

市立宇和島病院健康講座

<申込不要>

■糖尿病教室

【と き】 7月5日・12日・19日
 (いずれも金曜日) 午後2時～3時
 【ところ】 市立宇和島病院 北棟2階講堂
 【内 容】 糖尿病に関する講義、血糖値測定

■心臓病教室

【と き】 7月17日(水) 午後2時30分～3時30分
 【ところ】 市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室
 【内 容】 心肺蘇生法(AEDの体験実習)

妊婦さんへの思いやりを

妊娠期は、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。「マタニティマーク」を見かけたら、やさしい心づかいをお願いします。

【問合先】 ㊤母子保健係 ☎内線2130



マタニティマーク

<共 通>

【問合先】 市立宇和島病院食養科 ☎25-1111内線20010

