

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。



育児・健康相談（乳幼児・妊産婦）

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

【持参物】母子健康手帳

市立宇和島病院 子育てセミナー <無料>

【とき】9月7日(月) 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
 ※託児希望者は、事前に連絡をしてください。
 【内容】食物アレルギー
 【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

まちの健康相談室（一般・成人）

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

気づき・つながり・支え合おう！ -いのち支えるゲートキーパー-

健康づくり通信
VOL. 141

自分自身のために、あなたの大切な人の命を守るために、1人ひとりができることから始めてみませんか。

いのち支えるゲートキーパー

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る)ができる人のこと。「命の門番」とも位置付けられます。

■ゲートキーパーになるには

特別な資格はありません。さまざまな立場の人たちがゲートキーパーの役割を担うことができます。状況により求められる役割は変わります。

■ゲートキーパーのおもな役割

- ▶気づき：家族や仲間の変化に気づき声をかける
- ▶傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ▶つなぎ：早めに専門家に相談するよう促す
- ▶見守り：温かく寄り添い、見守る

今、悩みを抱えている人へ
-「心のSOS」を発信しよう！-

ひとりで抱えこまず、誰かに話してみましよう。あなたの周りにはたくさんの人が支えになりたいと思っています。



【問合先】Ⓜ 成人保健係 ☎内線2183



結核予防週間(9月24日～30日)

結核の早期発見は、重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場などへの感染拡大を防ぐためにも重要です。65歳以上の人は年に1回結核検診を受診しましょう。結核検診は肺がん検診(CR)で兼ねることができます。

詳しくは、「広報うわじま4月号折り込み」をご覧ください。

【問合せ先】 ㊦保健企画係 ☎内線2137

第39回市民公開講座

<無料>

【と き】 9月26日(土) 午前10時～正午

【ところ】 市立宇和島病院 北棟2階講堂

【内容】 「抗がん剤治療の現状～外来で行う化学療法について～」市立宇和島病院 竹内 幸美さん、「がん・生殖医療～若年者のがんと将来の妊娠について～」愛媛大学大学院 杉山 隆 さん

【問合せ先】 市立宇和島病院医事課 ☎25-1111 内線50348

もぐもぐ子育て講座

<無料>

【と き】 10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】 令和2年5月生まれの子どもと保護者

【申込・問合せ先】 10月1日(木)までに㊦母子保健係 ☎内線2131または各支所健康推進係

- ▶新型コロナウイルス感染症の影響により、中止や変更になる場合があります。
- ▶イベントなどに参加をする場合は、新型コロナウイルス感染症対策としてマスクの着用と手指消毒の励行をお願いします。
- ▶発熱症状(目安として37.5度以上)など体調がすぐれないときの参加は控えてください。

9月9日は救急の日

【普段からの3つの心がけ】

- ▶日ごろから「かかりつけ医」を持ちましょう
- ▶健康診断や検診などにより、病気の予防や早期発見に努めましょう
- ▶家庭で薬を常備しましょう

【受診にあたっての心がけ】

- ▶「通常の診療時間内」に受診しましょう
- 【症状は軽いけれど…】

- ▶子どもの急な病気やけがの場合：小児救急医療電話相談 ☎ #8000



- ▶休日などに迷った場合：えひめ医療情報ネットまたは消防署音声案内サービス ☎23-0111

■休日や夜間の救急医療体制

救急医療は輪番体制の限られた人数で運営しています。医療従事者の負担を少しでも軽減させるため、救急医療の適正受診についてご理解とご協力をお願いします。

【休日・平日夜間の受診】

- ▶毎週火曜日：医療法人沖繩徳洲会宇和島徳洲会病院 ☎22-2811
- ▶毎週木曜日：独立行政法人地域医療機能推進機構宇和島病院(JCHO宇和島病院) ☎22-5616
- ▶上記以外：市立宇和島病院 ☎25-1111

※小児救急患者：市立宇和島病院で対応。

【休日昼間の受診】 比較的軽症の人は休日当番医の医療機関で受診してください。

【問合せ先】 ㊦保健企画係 ☎内線2137

多胎児を育てる親子のつとめ-さくらんぼサロン-<無料>

【と き】 9月14日(月) 午前10時30分～

【ところ】 子育て世代活動支援センター(パフィオうわじま内)

【内容】 親子遊び、座談会など

【対象】 市内に住む未就園児の双子・多胎児(妊婦を含む)とその家族

【問合せ先】 マザーズステーション「すてっぴ」(保険健康課内) ☎49-7110