



## 乳幼児健康診査

市では、子どもの成長に合わせた健康診査を実施しています。

対象者に1カ月前に通知します。詳しくは市ホームページをご覧ください。伊達なうわじまホッとナビ「子育てモード」でも確認できます。



**問** 保険健康課母子保健係 ☎49-7110

RUC POINT対象

ID: 0068224

## 育児相談・妊産婦相談

日	受付	場所
12/4(水)	9:30~11:00	宇和島保健センター
6(金)	10:00~11:00	吉田公民館
9(月)	10:00~11:00	三間保健福祉センター
19(木)	10:00~11:00	津島保健センター

**料** 無料 **持** 母子健康手帳、バスタオル (1歳半未満)

**問** 保険健康課母子保健係 ☎49-7021

ID: 0056282

## 特定健康診査

「集団健診」または「医療機関健診」のどちらかを年度内に1回受診できます。

※集団健診の日程表は広報うわじま令和6年5・9月号折り込みに掲載

※医療機関健診の詳細は広報うわじま令和6年6月号のカレンダー裏に掲載

**問** 保険健康課成人保健係 ☎49-7021

RUC POINT対象

ID: 0049685

## まちの健康相談室 (一般・成人)

日	受付	場所
平日	9:30~16:00	市役所 (16番窓口) 津島支所 (4番窓口)
12/9(月)	9:30~10:30	吉田支所
16(月)	9:30~10:30	三間公民館

**内** 健康全般の相談、健診結果の説明など **料** 無料

**問** 保険健康課成人保健係 ☎49-7021

ID: 0056283

## 心の健康相談

- ▶①精神科医師または公認心理師による相談
- ▶②保健師による相談
- ▶③認知症に関わる相談

**日** ①12月11日(水) 午後2時~4時②③平日 午前9時~午後5時 **場** ①③市役所②市役所など

**料** 無料 **申** ①12月4日(水)までに電話または窓口

**問** ①②保険健康課成人保健係 ☎24-1111内線2184  
③高齢者福祉課地域包括支援センター ☎49-7019

ID: 0057034

## 風しんの抗体検査・予防接種

対象者にクーポン券を送付しています。希望者は申し込んでください。

**対** 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性 **料** 無料

**申** 令和7年3月31日(月)までに医療機関に直接申し込み

**問** 保険健康課保健企画係 ☎24-1111内線3161



ID: 0075954

## さくらサロン

がんと向き合っている人のための交流の場です。気軽にご参加ください。

**日** 12月25日(水) 午後1時30分~3時

**場** 市立宇和島病院 **内** 交流会

**対** がん患者と家族 (遺族含む)

**問** 市立宇和島病院地域連携室  
☎25-1111内線22022



## ひきこもり家族のつどい

家族の対応や考え方を学んだり、同じ悩みを抱える家族同士で語り合ったりしてみませんか。

**日** 12月19日(木) 午後2時~3時30分

**場** 宇和島保健所 **対** 18歳以上でひきこもりの人の家族 **料** 無料 **申** 電話

**問** 宇和島保健所健康増進課 ☎22-5211内線275・283



ID: 0080766

## もぐもぐ子育て講座

離乳食に関する不安や疑問に栄養士と保健師が答えます。仲間作りをしながら、みんなで楽しく学習してみませんか。

- 日 1月9日(木) 午後1時20分～3時(受付午後1時～) 場 宇和島保健センター  
内 身体計測、講話、育児・栄養相談など  
対 令和6年8月生まれの子どもと保護者  
料 無料 申 1月6日(月)までに電話または窓口  
問 保険健康課母子保健係 ☎24-1111内線2131・2123または各支所母子保健担当



ID:0056284

## パパママスクール

妊娠・出産・育児についての正しい知識を身につけましょう。

- 日 1月19日(日) 午後1時30分～3時30分  
場 宇和島保健センター  
内 パパの役割、赤ちゃんのお風呂、妊婦体験、簡単メニューの試食、妊娠中の栄養など  
対 妊婦とその配偶者 定 10組 料 無料  
申 1月10日(金)までに電話または窓口  
問 マザーズステーション「すてっぷ」(保険健康課内) ☎49-7110または各支所母子保健担当



ID:0056285

## ファミリー・サポート・センター

### ■サポート会員説明会・養成講習会

- 日 12月12日(木) 午後1時30分～4時  
場 子育て世代活動支援センター  
対 子育てを手伝いたい20歳以上の市民 料 無料  
申 12月10日(火)までに電話またはメール

### ■サポート会員募集

- 内 子どもの預かり、保育所や習い事への送迎など(報酬：900～1,000円/時間)

- 問 ファミ・サポうわじま(こども家庭課内) ☎49-7054 ✉ famisapo@city.uwajima.lg.jp



ID:0056911

## 食生活改善推進員養成講座

食生活を中心とした健康づくりについて、知識を深める講座です。推進員になることは必須ではありません。気軽にご参加ください。

- 日 12月20日(金) 午前9時～午後1時  
場 和霊公民館 内 講義、調理実習 料 無料  
持 筆記用具、タオル、エプロン、三角巾  
申 12月17日(火)までに電話  
問 保険健康課母子保健係 ☎24-1111内線2123



RUC POINT対象

ID:0066324