



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 ①1月15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** ①1月8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

育児相談・妊産婦相談

日	受付	場所
1/10(金)	9:30～11:00	宇和島保健センター
14(火)	10:00～11:00	三間保健福祉センター
17(金)	10:00～11:00	吉田公民館
23(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

思春期の個別相談

悩みや不安について、カウンセラーと一緒に考えてみませんか。

日 1月23日(木) **場** 宇和島保健センター

内 思春期の子どもとの関わり方 **料** 無料

申 1月15日(水)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2130
または各支所母子保健担当

ID: 0058349

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)
1/20(月)	9:30～10:30	吉田支所 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

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ヵ月前に通知します。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

高齢者の予防接種

接種回数は期間内に1回です。市での予約は行わず、接種券も送付しません。

- ▶①新型コロナワクチン定期接種 ②インフルエンザ予防接種

日 ①3月31日(月)まで ②1月31日(金)まで

対 以下のいずれかに当てはまる市民

- ▶65歳以上
- ▶60～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器機能に障がいまたはヒト免疫不全ウイルス (HIV) で免疫機能に障がいがあり日常生活がほとんど不可能 (身体障害者手帳1級相当)

料 ①3,000円 ②1,500円 ※生活保護受給者は無料

持 健康保険証、マイナンバーカード、運転免許証など (生活保護受給者は生活保護証明書)

申 医療機関

問 保険健康課保健企画係 ☎24-1111内線3161



ID: 0105084・0053905

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

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 2月12日(水) 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9月生まれの子どもと保護者
- 料 無料 申 2月5日(水)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

さくらんぼサロン-多胎児を育てる親子のつどい-

双子、三つ子などの多胎児を育てる親同士が集まって、親子遊びや座談会で語り合いませんか。妊娠中のプレママも参加可能です。

- 日 1月28日(火) 午前10時30分～11時30分(受付午前10時15分～)
- 場 子育て世代活動支援センター
- 内 親子遊び、座談会など
- 対 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 料 無料 持 母子健康手帳
- 問 マザーズステーション「すてっぷ」(保険健康課内) ☎49-7110



ID:0056276

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 1月24日(金) 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 1月22日(水)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。

- 日 1月28日(火) 午前9時～午後1時
- 場 和霊公民館 料 無料 持 筆記用具、タオル、エプロン、三角巾 申 1月24日(金)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

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 1月22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

