



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 ①11月19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** ①11月12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2101
 ③高齢者福祉課地域包括支援センター ☎49-7019

I D : 0057035

まちの健康相談室

日	受付	場所
平日	9:00～17:00	市役所 津島支所
11/10(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

I D : 0056283

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 12月4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 11月26日(水)までに電話または窓口
問 保険健康課母子保健係 ☎49-7021または各支所母子保健担当

I D : 0058349

育児相談・妊産婦相談

日	受付	場所
11/4(火)	10:00～11:00	三間保健福祉センター
7(金)	9:30～11:00	宇和島保健センター
14(金)	10:00～11:00	吉田公民館
26(水)	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 ☎24-1111内線2179

I D : 0056282

乳幼児健康診査

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。

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。



内 3か月児健康診査、8か月児健康相談、1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健康診査、3歳児健康診査、5歳児健康診査
問 保険健康課母子保健係 ☎49-7110



RUC POINT対象 (一部)

I D : 0117774

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7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7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

I D : 0049685

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 11月26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



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。仲間づくりをしながら、みんなで楽しく学習してみませんか。

日 12月5日(金) 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7年7月生まれの子どもと保護者

料 無料 申 11月28日(金)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：0056284

糖尿病教室

▶ ①糖尿病専門医、糖尿病療養指導士などのスタッフによる講義 ②臨床検査技師による血糖値測定

日 11月14日(金) ①午後2時～3時 ②午後1時30分～2時

場 市立宇和島病院 料 無料

問 市立宇和島病院食養科 ☎25 - 1111 内線20010

ID：0120684

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 11月21日(金) 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 11月18日(火)までに電話

問 保険健康課母子保健係 ☎24 - 1111内線2131

RUC POINT対象

ID：0066324

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。妊娠中の人も参加できます。

日 11月29日(土) 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 11月10日(月) 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 11月7日(金)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円または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