ひとり親家庭ワンストップ相談窓口

24時間365日利用可能なチャットボット上で支援先や相談先の案内が受けられるほか、キャリアカウンセラーによる就業相談や弁護士による法律相談の予約も受け付けています。

対 ひとり親家庭 など
問 県子育て支援課☎089－912－2411

ID：0133362

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/ 9(月)	9:30～10:30	吉田支所
16(月)	9:30～10:30	三間公民館

内 健康に関する相談、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

健康診査（特定・後期・若年・がん）

「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。検査項目や負担額など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 保険健康課成人保健係☎49－7021

RUC POINT対象

ID：0117755

心の健康相談

▶①精神科医師か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18日(水) 午後２時～４時 ②③平日 午前９時～午後５時 場 ①市役所 ②③市役所 など
料 無料 申 ①11月11日(水)までに電話、窓口
問 ①②保険健康課成人保健係☎24－1111内線2101、各支所成人保健担当 ③高齢者福祉課地域包括支援センター☎49－7019

ID：0057035

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カ月前ごろに通知します。日程や対象地区など、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。

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24－1111内線2129



RUC POINT対象（一部）

ID：0117774

育児相談・妊産婦相談

日	受付	場所
11/6(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
13(金)	9:30～11:00	宇和島保健センター
16(月)	10:00～11:00	岩松公民館

料 無料 持 母子健康手帳、バスタオル（１歳半以下）
問 保険健康課母子保健係☎24－1111内線2179

ID：0056282

思春期の個別相談

思春期の子どもとの関わりや悩み・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３日(木) 場 宇和島保健センター
対 思春期の子どもと保護者、関係者 定 ４組
料 無料 申 11月25日(水)までに電話、窓口
問 保険健康課母子保健係☎49－7021、各支所母子保健担当

ID：0058349

日：日時 場：場所 内：内容 対：対象 定：定員 料：料金 持：持参物 申：申込 問：問合先
ＩＤ：市ホームページ「記事ＩＤ検索」ボックスで検索できます。

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26日㈭ 午前９時～午後１時
場和霊公民館 定24人 料無料
持筆記用具、タオル、エプロン、三角巾
申11月20日㈮までに専用フォーム、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25日㈬ 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

糖尿病教室（第18回ブルーライトアップうわじま）

日①11月13日㈮ 午後１時30分～３時 ②11月13日㈮～30日㈪ 場市立宇和島病院
内①糖尿病に関する講話、体操、血糖測定、握力・筋肉量の測定 など ②ライトアップ 料無料
問市立宇和島病院食養科☎25－1111内線20010

ＩＤ：0133341

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で集まって、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14日㈯ 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
対市内に住む未就園児の双胎・多胎児（妊婦含む）と家族 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

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４日㈮ 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８年７月生まれの子どもと保護者
料無料 申11月27日㈮までに専用フォーム
問保険健康課母子保健係☎24－1111内線3160、各支所



ＩＤ：0056287