

【問合先】 ㊟ 保険健康課 ☎24 - 1 1 1 1

成人保健係 内線 2 1 8 2 / 母子保健係 内線 2 1 3 0 / 保健企画係 内線 2 1 3 7

㊟ 吉田支所健康推進係 ☎49 - 7 0 9 6

㊟ 三間支所健康推進係 ☎58 - 1 0 5 0

㊟ 津島支所健康推進係 ☎49 - 7 0 6 2

集団健診

特定健診を受けた人には、「健康管理ファイル」をプレゼントします。

ところ	と き	健診項目
宇和島保健センター(祝森)	10/ 2 (金)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
白 浜 集 会 所	6 (火)	特 肝 前 CR 胃 大
小 池 公 民 館	7 (水)	特 肝 前 CR 胃 大
三 浦 公 民 館	8 (木)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
き さ い や 広 場	14 (水)	CT 大 子 乳
市役所 2 階大会議室 また は 正 面 玄 関	18 (日)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
	19 (月)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
	22 (木)	大 子 乳
吉 田 公 民 館	10/ 1 (木)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
三間保健福祉センター	10/ 4 (日)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
	29 (木)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
	30 (金)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
津 島 保 健 セ ン タ ー	10/16 (金)	CT
	25 (日)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
清 満 公 民 館	9 (金)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
御嶺自然休養村管理センター	2 (金)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳

<対 象>

▶**特定健診**：宇和島市国民健康保険被保険者のうち、平成28年3月31日までに40歳以上になる人

▶**後期高齢者健診**：後期高齢者医療の被保険者のうち、生活習慣病の治療・経過観察中でない人

▶**各種がん検診**：平成28年3月31日までに40歳以上(子宮頸がん検診のみ20歳以上)になる人で、検診部位の術後、治療中、経過観察中でない人

▶**肝炎ウイルス検診**：平成28年3月31日までに40歳以上になる人で、今までに肝炎ウイルス検査を受けたことのない人

特 = 特定健診・後期高齢者健診

CR = 肺がんデジタル検診CR

大 = 大腸がん検診

肝 = 肝炎ウイルス検診

CT = 肺がんデジタル検診CT

子 = 子宮頸がん検診

前 = 前立腺がん検診

胃 = 胃がん検診

乳 = 乳がんマンモグラフィ

※10/22(木) 市役所の子宮頸がん検診は、託児を予定しています。申込時に託児の希望を伝えてください。

※集団健(検)診の詳細は、「宇和島市健康診査のご案内(広報うわじま4月号折り込み)」または市ホームページをご覧ください。

※健診の申し込みは、健診日の40日前までに締め切ります。早めに電話で申し込んでください(一部、定員満了のため申込受付を締切った会場があります)。

※健診日の5日前までに問診票などを送ります。 ※職場健診にある項目の受診はご遠慮ください。

乳幼児健康診査・保健相談

対象の子どもには個人通知します。人数調整のため、個人通知の健診日が対象児・校区と異なる場合があります。受診希望で通知が届いていない人は、事前に連絡してください。

内 容	と き	受 付	と ころ	対象児 (校区)
3 か月児健康診査	8 / 4 (火)	13:00 ~ 13:30	宇和島保健センター(祝森)	H27. 4 月生まれ(城東・津島)
	5 (水)	13:30 ~ 14:00	市 役 所	H27. 4 月生まれ(城南・城北・宇和海・三間)
	26 (水)	13:00 ~ 13:30	吉 田 公 民 館	H27. 4 ~ 5 月生まれ(吉田)
8 か月児健康相談	8 / 7 (金)	9:30 ~ 10:00	吉 田 公 民 館	H26.12月生まれ(吉田)
	10 (月)	9:30 ~ 10:00	三間保健福祉センター	H26.12月生まれ(三間)
			津 島 保 健 セ ン タ ー	H26.12月生まれ(津島)
	24 (月)	9:30 ~ 11:00	宇和島保健センター(祝森)	H26.12月生まれ(城東・城南・城北・宇和海)
1歳6か月児健康診査	8 / 18 (火)	13:00 ~ 13:30	市 役 所	H26. 1 月生まれ(城南・城北・宇和海・三間)
	26 (水)	13:00 ~ 13:30	吉 田 公 民 館	H25.11 ~ H26. 2 月生まれ(吉田)
2 歳 児 健 康 相 談	8 / 28 (金)	9:30 ~ 10:00	三間保健福祉センター	H25. 2 ~ 5 月生まれ(三間)
3 歳 児 健 康 診 査	8 / 6 (木)	13:00 ~ 13:30	市 役 所	H23.12 ~ H24. 2 月生まれ(城南・宇和海・三間) H23.12 ~ H24. 1 月生まれ(城北)
	11 (火)	13:00 ~ 13:30	市 役 所	H24. 2 ~ 3 月生まれ(城北) H24. 3 月生まれ(城南・宇和海・三間)
	9 / 1 (火)	13:00 ~ 13:30	宇和島保健センター(祝森)	H24. 3 ~ 4 月生まれ(城東) H24. 3 月生まれ(津島)

【問合先】 ㊤ 保険健康課 ☎24-1111

成人保健係 内線 2182 / 母子保健係 内線 2130 / 保健企画係 内線 2137

㊦ 吉田支所健康推進係 ☎49-7096

㊧ 三間支所健康推進係 ☎58-1050

㊨ 津島支所健康推進係 ☎49-7062

母子健康サービス

■パパママスクールⅠ ～ハッピーマタニティ編～

【と き】 8月21日(金) 午後7時～9時

【ところ】 宇和島保健センター (祝森)

【内 容】 妊娠中の生活・体の変化・歯の手入れ・
栄養・試食、お父さんの妊婦体験、妊婦
体操・補助動作、心構え、ビデオの視聴

【対 象】 妊婦とその配偶者 15組 <参加無料>

【持参品】 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装

【申込・問合先】 8月14日(金)までに ㊤母子保健係

■もぐもぐ子育て講座

【内 容】 身体計測、講話「離乳食の進め方」
育児・栄養相談 など <参加無料>

【持参品】 母子健康手帳、筆記用具、育児のしおり

【対 象】 ①②④ =

H27. 1～3月生まれの子どもとその母親 (家族)

③ = H27. 1～2月生まれの子どもとその母親 (家族)

と き		ところ	締切・問
①	8/7(金)	10:10～12:00	吉田公民館
②	10(月)	(受付)10:00～	三間保健福祉センター
③	17(月)	13:20～15:00	宇和島保健センター(祝森)
④	9/11(金)	(受付)13:00～	津島保健センター

※①・②は育児相談と同日開催です。

市立宇和島病院 子育てセミナー

【と き】 毎月第1月曜日 午後1時～2時

※祝日の場合は、第2月曜日

【ところ】 市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室

【8月の内容】 「夜尿」

【講 師】 市立宇和島病院医師 など

【問合先】 市立宇和島病院小児科外来

☎25-1111 内線 22052

<http://www.uwajima-mh.jp/>

女性の一般健康相談

思春期から更年期までの、女性の心と身体の健康に関する相談を行っています。

【と き】 毎月第1火曜日 午後1時～3時

【ところ】 宇和島保健所

【内 容】 面接相談 (予約制)・電話相談 (随時)

※電話相談は、平日の午前9時～午後5時。

【担 当】 保健師※必要に応じ、保健所医師・栄養士。

【問合先】 宇和島保健所 ☎22-5211 内線 260

健康相談

■育児・健康相談 (乳幼児・妊産婦)

持参物: 母子健康手帳

と き	受 付	ところ	問
8/7(金)	9:30～11:00	吉田公民館	㊦
10(月)		三間保健福祉センター	㊧
10(月)	10:00～11:00	津島保健センター	㊨
21(金)	10:00～11:30	宇和島保健センター(祝森)	㊤

■まちの健康相談室 (一般・成人)

持参物: 健康手帳 (ある人)

8/10(月)	9:30～11:00	吉田支所	㊦
17(月)		市役所202会議室	㊤
24(月)		三間保健福祉センター	㊧
		津島保健センター	㊨

■思春期の個別相談・親のつどい

カウンセラーによる個別相談。予約制・相談無料。

【と き】 9月10日(木)

午前11時～正午、午後1時～4時

【ところ】 宇和島保健センター (祝森)

【対 象】 学童・思春期の子とその保護者など

【申込・問合先】 ㊤母子保健係

■こころの健康相談

心の健康に関する個別相談。予約制・相談無料。

【と き】 8月19日(水) 午後2時～4時

【ところ】 市役所

【対 象】 子ども～高齢者の人

【申込・問合先】 ㊤成人保健係

難病相談・患者交流会

難病患者や家族からの療養上の悩みや不安などについて、電話や面接で相談を受け付けています。また、同じ悩みを抱える患者や家族同士の交流会を行っています。初めて参加を希望する人は、電話で予約をしてください。

【と き】

<電話・面接相談> (祝・祭日を除く)

月・水曜日 午前10時～正午/午後1時～4時

金曜日 午前10時～正午

<患者交流会> 金曜日 午後1時30分～3時30分

【ところ】 県総合保健福祉センター (松山市本町)

【対 象】 難病の診断を受けた人、または診断は受けていないが難病で困っている人

【問合先】 県難病相談支援センター

☎089-917-8784

市立宇和島病院 健康講座

■糖尿病教室

<申込不要>

【と き】 8月6日、20日、27日

いずれも木曜日 午後2時～3時

【内 容】 糖尿病専門医・糖尿病療養指導士による講義、臨床検査技師による血糖値測定

■心臓病教室

<申込不要>

【と き】 8月19日(水) 午後2時30分～3時30分

【内 容】 ・内科医師による不整脈についての講義
・管理栄養士による食生活の講義

<全教室共通>

【ところ】 市立宇和島病院 北棟多目的栄養相談室

【申込・問合先】 市立宇和島病院食養科

☎25-1111 内線20010

ヘルスアップ実践講座

「からだもよろこぶ！塩分ひかえめ教室」

【と き】 9月4日(金) (受付) 午後1時15分～

(講座) 午後1時30分～3時15分

【ところ】 三間保健福祉センター

【内 容】 講話と料理の実演・試食(健診結果の見方、食品の塩分量と食べ方、塩分のとり方チェックなど)

【対 象】 40～64歳の人 <参加無料>

【定 員】 20人(先着順・要予約)

【持参物】 筆記用具、健康手帳(ある人)

【申込・問合先】 ㊦健康推進係

予防接種

■麻しん風しん混合予防接種

対象の人はできるだけ早く接種を済ませましょう。

【対 象】 市の住民基本台帳に記載がある人

第1期 … 1歳児

第2期 … 小学校就学前の1年間にある子(年長児)

(平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ)

※第2期の対象者には個別通知しています。

【接種方法】 個別接種(市内の医療機関で受けます)

【接種料金】 無料

【持参品】 母子健康手帳、保険証、予診票

※事前に医療機関に予約をしてください。

※予診票を紛失した人は、お問い合わせください。

【問合先】 ㊦保健企画係

妊婦さんへの思いやりを

妊娠初期は、赤ちゃんの成長やお母さんの健康を維持するためのとても大切な時期です。しかし、この時期は「つらい症状」があることが多いにもかかわらず、外見からは妊婦かどうか判断しにくい時期でもあります。マタニティマークを付けている人を見かけたら、思いやりのある心づかいをお願いします。



【問合先】 ㊦母子保健係

デング熱にご注意ください！

昨年8月に約70年ぶりとなるデング熱の国内感染が確認され、その感染者は累計162人に上りました。

デング熱は、デングウイルスを保有するヒトスジシマカなどの蚊に刺されることで感染しますが、人から人への感染はありません。主な症状は発熱、発疹、関節痛などですが、まれに出血、ショック症状を起こして重症化することがあります。

【デング熱相談ダイヤル】

宇和島保健所健康増進課感染症対策係

☎22-5211 内線257

(平日の午前9時～午後5時)

【デング熱を防ぐための注意点】

①蚊に刺されないように注意しましょう

長袖、長ズボンの着用、肌の露出を避けること。虫よけ剤を使用し、虫を寄せ付けないようにする。室内の蚊の駆除を心がける。

②蚊を増やさないようにしましょう

下水溝、バケツなどの水が溜まる場所が蚊の幼虫の発生源にならないように注意する。

③医療機関を受診しましょう

蚊に刺されて3～7日程度で高熱などの症状がみられた場合は、医療機関を受診しましょう。