

【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 ☎52-1113 (直通) ㊦三間支所健康推進係 ☎58-1050

㊧津島支所健康推進係 ☎49-7062 (直通)

各種
検診

■乳房超音波検診（乳がんエコー検診）

近年、女性のがんで最も増えているのが乳がんです。市は40歳以上の人を対象に乳がん検診（マンモグラフィー）を実施していますが、30代になると乳がんになる人の割合が高くなっています。そこで、30代の人に有効な乳房超音波検診を行います。

【検査方法】乳房にゼリーを塗り、センサーを当てながら画像で診断します（15分程度の検査で痛みを伴いません）。

【対象】市内に住んでいる30～39歳（昭和50年4月1日から昭和60年3月31日生まれ）の女性（妊娠中・授乳中の人を除く）

【とき・ところ】

8月1日(金) 宇和島保健センター（祝森）

10月16日(木) 市役所

12月14日(日) 市役所

【受付時間】いずれも午前9時～11時30分
午後1時～2時30分

【申込方法】事前に電話で予約をしてください（先着各50人）。

【検診料（自己負担額）】1,500円

【検診結果】約1ヵ月後に個人通知します。

【申込・問合先】㊟成人保健係
☎内線 2184・2182

■肝炎ウイルス検診（集団健康診査・個別健康診査）

40歳以上の人は誰もが肝炎ウイルスに感染している可能性があります。感染していることに気づかないでいると、肝臓がんのリスクが高くなります。

この機会にぜひ、受診してください。検診無料。

【対象者】市内に住んでいる今年度40歳になる人

（昭和49年4月1日～昭和50年3月31日生まれ）で、
肝炎ウイルス検査を受けたことのない人

【検査内容】血液検査（B型肝炎ウイルス検査、C型肝炎ウイルス検査）

【申込・問合先】㊟成人保健係または各支所健康推進係

■麻しん風しん混合予防接種

対象者はできるだけ早く接種をすませましょう。

【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）
（H20. 4. 2～H21. 4. 1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

市立宇和島病院 各種教室

○糖尿病教室

《申込は不要》

【とき】6月5日・12日・19日

いずれも木曜日の午後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

○お料理教室

《事前申込が必要》

【とき】6月11日(水) 午後1時30分～3時30分

【内容】管理栄養士による減塩レシピの実習

【定員】先着10人（市立宇和島病院で受診中の人を優先します）

【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

○心臓病教室

《申込は不要》

【とき】6月18日(水) 午後2時30分～3時30分

【内容】内科医師による心疾患についての講義
管理栄養士による食生活の講義

○夜間糖尿病教室

《申込は不要》

【とき】6月24日(火) 午後6時30分～7時30分

【内容】内科医師、臨床検査技師、薬剤師の講義
臨床検査技師による血糖値測定

健康診査のできる医療機関

特 = 特定健診・後期高齢者健診 肝 = 肝炎ウイルス 透 = 胃透視 カ = 胃カメラ 子 = 子宮頸がん (● = 要予約)

医療機関名	電話	特	肝	透	カ	子
旭川荘南愛媛病院 (鬼北町永野市)	45-1101	●	○			
あべ医院 (津島町岩松)	32-2616		○	○		
石川循環器科内科 (中沢町)	20-0320		○			
いしむら整形外科 (鬼北町奈良)	20-6635	●	○			
岩村外科胃腸科 (吉田魚棚)	52-3111	●	○	○		○
植木整形外科 (堀端町)	22-0022	●	○			
上田小児科・外科 (広小路)	25-0100	●	○	○		○
宇都宮内科胃腸科 (栄町港)	25-7228	●	○	○	○	○
大野内科医院 (鬼北町近永)	45-0141	●	○	○		○
小川クリニック (丸之内)	23-3599	●	○	○		○
沖循環器科・内科 (新田町)	25-3335		○			
加藤整形外科 (和霊元町)	22-7111	●	○			
鎌野病院 (広小路)	24-6611		○			
鬼北町立北宇和病院 (鬼北町近永)	45-3400	●	○	○		○
木村内科医院 (京町)	24-0030		○	○		
くきた内科クリニック (中沢町)	26-2260		○	○		
楠崎内科 (本町追手)	24-2211		○			
口羽外科胃腸科医院 (津島町高田)	32-5000		○			○
河野整形外科クリニック (丸之内)	22-1822		○			
笹岡内科 (中央町)	24-3886		○	○		
穴戸脳神経クリニック (堀端町)	22-0597		○			
篠原医院 (鬼北町近永)	45-3370	●	○	○		○
しませ医院 (保田)	27-1888	●	○	○		○
JCHO宇和島病院 (賀古町)	23-6501	●	○	○	○	○
正光会宇和島病院 (柿原)	22-5622	●	○			
上甲外科クリニック (寄松)	25-5811		○			
市立宇和島病院 (御殿町)	25-1111	※1	○	○	○	○
市立津島病院 (津島町高田)	32-2011	●	○	○	○	○
市立吉田病院 (吉田町北小路)	52-0611	●	○	○	○	○

医療機関名	電話	特	肝	透	カ	子
鈴木外科 (吉田町北小路)	52-0104		○	○		
善家外科・脳神経外科 (堀端町)	22-1484		○			
田中循環器科内科 (堀端町)	22-0504		○			
溜尾整形外科 (吉田町東小路)	52-3133	●	○			
友松外科・胃腸科 (鶴島町)	22-0410	●	○	○		○
中山内科・胃腸科 (堀端町)	22-0707	●		○	○	○
永井内科医院 (津島町高田)	32-6688	●	○	○		○
長野産婦人科 (堀端町)	24-1103		○			○
二宮整形外科 (榎形町)	25-8600	●	○	○		
秋山医院寿レディースクリニック (寿町)	24-6200		○			○
橋本内科クリニック (吉田町沖村)	52-0808	●	○	○		○
林整形外科クリニック (新町)	23-0007	●	○	○		
兵頭内科医院 (和霊元町)	25-2772	●	○	○		
福島胃腸科外科 (和霊元町)	24-5588	●	○	○	○	○
ますだクリニック (伊吹町)	23-6611	●	○	○		○
松浦内科医院 (並松)	23-1122	●	○	○		
松崎クリニック (三間町宮野下)	58-4828	●	○			
松澤循環器科内科 (天神町)	25-5858	●	○	○		○
松野町国保中央診療所 (松野町延野々)	42-0707	●		○		○
三瀬内科 (中央町)	22-6166		○	○	○	
水谷医院 (吉田町立間)	52-0144	●	○	○		○
山内産婦人科 (宮下)	24-0321	●				○
山中医院 (広小路)	22-1750	●	○			
山本内科医院 (本町追手)	22-5100		○	○		
吉田内科泌尿器科医院 (御幸町)	25-1330		○			
わたなべハートクリニック (朝日町)	25-1717	●	○			
和霊町松浦内科 (和霊元町)	23-1510	●	○	○		

○特定健診は、上記医療機関以外に県内の指定医療機関でも受診できます。各医療機関にお問い合わせください。
 ※1 市立宇和島病院では、子宮頸がん検診の予約は受け付けていません (月～金の午前中に直接総合受付へ)。
 その他の検診は人間ドック室へ予約が必要です。

平成26年度 個別健康診査

6月2日(月) ~
平成27年2月27日(金)

市に住民票があり、次の対象に該当する人は、市指定の医療機関で健診が受けられます。集団健診を申し込んでいる人で、個別健診に変更したい人は保険健康課または各支所健康推進係へ連絡してください。

今年度
の特典① 40歳～74歳の人は、特定健診が**無料**

※特定健診は国民健康保険の人のみ

② 40歳になる人（昭和49年4月1日～昭和50年3月31日生まれ）は、胃がん検診も無料

	対 象	検査内容	自己負担額	受診方法
特定健康診査	国民健康保険加入者のうち、今年度内に 40歳以上 になる人 ※市国保以外の方は、保険者からの案内に従ってください。 生活習慣病の治療中の有無に関係なく実施できます。	診察 身体計測 血圧測定 尿検査（尿糖・尿蛋白・尿潜血） 血液検査 中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール HbA1c 肝機能 腎機能（臓・ルアチン） ※心電図・眼底は受診券に○がついている人が対象 ※貧血は医師の判断で実施 ※後期高齢者健診は胸囲測定を除く	無 料	① 受診を希望する人は、受診希望日の10日前までに、下の申込先に電話で申し込んでください。申し込んだ人には、受診に必要な書類を送付します。 ② 送付された書類と 保険証 を持参して、医療機関で受診してください（要予約の場合あり）。
後期高齢者健診	愛媛県後期高齢者医療被保険者 ※生活習慣病の治療・経過観察中でない受診希望の人		無 料	※検査のできる医療機関は、右のページをご覧ください。 ※各種がん検診は、検診部位の術後・治療中・経過観察中の人は対象外となります。 【支払方法】 自己負担額は医療機関で支払います。 【結果の通知】 実施医療機関からお知らせします。
胃がん検診	今年度内に 40歳以上 になる人	胃透視または胃カメラ	2,000円 今年度内に40歳になる人は無料	【申込・問合先】 (宇和島) 保険健康課成人保健係 ☎24-1111内線2182・2183 (吉 田) 吉田支所健康推進係 ☎52-1113 (三 間) 三間支所健康推進係 (保健福祉センター内) ☎58-1050 (津 島) 津島支所健康推進係 ☎49-7062
子宮頸がん検診	今年度内に 20歳以上 になる人	視診、頸部細胞診	1,500円 70歳以上は無料	
肝炎ウイルス検診	今年度内に 40歳以上 になる人 (検査をしたことがない人)	B・C型肝炎 血液検査 P.19「肝炎ウイルス検診」参照	無 料	

●今年度内に40歳になる人には「特定健康診査受診券（負担額無料）」を送付します（6月送付予定）。

●生活保護を受けている人で特定健康診査・後期高齢者健診の受診を希望する人は、保険健康課へお問い合わせください。

母子保健サービス

新しい家族“赤ちゃん”を迎えるこころの準備はできていますか？
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！

参加無料

パパママスクールⅡ ～フレフレ育児編～

【内容】赤ちゃんのお世話、赤ちゃんのお風呂の入れ方、赤ちゃん用品の準備、産後のからだと心の変化、パパの役割、家族計画
【持参品】母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装

と き	時 間	受 付	と ころ	対 象	申込・問合先
6/29 (日)	13:30～15:30	—	宇和島保健センター（祝森）	妊婦とその配偶者15組	㊦ 6/20 (金)まで

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 【持参品】母子健康手帳、育児のしおり、筆記用具
6/23 (月) 13:00～15:00 13:20まで 宇和島保健センター（祝森） H25.11～H25.12月生まれの子どもとその母親（家族） ㊦ 6/16 (月)まで

けんこう相談

育児や健康についての相談

乳幼児・妊産婦

《持参品：母子健康手帳》

と き	受付時間	と ころ	問合先
6/9 (月)	9:30～11:00	三間保健福祉センター	㊦
13 (金)		立 間 公 民 館	㊦
16 (月)	10:00～11:00	津 島 保 健 セ ン タ ー	㊦
27 (金)	10:00～11:30	宇和島保健センター（祝森）	㊦

一般・成人

《持参品：健康手帳（ある人のみ）》

6/9 (月)	9:30～11:00	吉 田 支 所	㊦
		市 役 所202会 議 室	㊦
16 (月)		三間保健福祉センター	㊦
23 (月)		津 島 保 健 セ ン タ ー	㊦

思春期の子を持つ親のつどい《事前申込が必要》

今抱えているさまざまな悩みや不安を親同士で考えてみませんか。

【と き】6月27日(金) 19:30～21:00

【ところ】市役所202会議室

【申込・問合先】㊦母子保健係

心の健康相談

《事前申込が必要・相談無料》

子どもから高齢者までの心の健康に関する個別相談。

【と き】6月11日(水) 10:00～12:00（保健師）

14:00～16:00（精神科医師）

7月9日(水) 10:00～12:00、13:00～15:00（保健師）

【ところ】市役所

【申込・問合先】㊦成人保健係



～ 今月のテーマ ～

受けていますか？

歯周疾患検診を行っています！

40歳になったら歯の
検診を受けましょう

歯を失う大きな原因は、「むし歯」と「歯周病」です。

歯周病は、歯を支える組織の炎症（歯垢や歯石などによる）が始まりです。成人の約80%の人がかかっているといわれており、糖尿病などの生活習慣病と同じく「血管のダメージ」で進行します。歯周病の予防や改善ができれば、生活習慣病の予防や改善も図れます！

歯周疾患検診の日程

《事前申込が必要》

【対 象】市内に住む40歳以上の人

【費 用】無料

【定 員】各15人（先着順）※事前申込が必要

※歯周疾患検診は、宇和島歯科医師会の協力のもと実施しています。

と き	と ころ	申込先
7/15 (火)	8:30-10:30	市役所2階大会議室 ㊦
8/5 (火)		三間保健福祉センター ㊦
10/1 (水)		宇和島保健センター ㊦
10/6 (月)	9:00-10:30	吉田公民館 ㊦
10/19 (日)	8:30-10:30	津島保健センター ㊦
11/13 (木)		市役所2階大会議室 ㊦

～妊婦さんへ～

妊婦歯科健康診査、受けていますか？

市では、平成25年4月から「妊婦歯科健康診査」を実施しており、開始から1年が経ちました。

受診率は、27.1%です。

【集計期間】平成25年4月1日～平成26年2月28日

Q. どうして妊娠中に歯科健康診査をすすめるのでしょうか？

A. 妊娠中は食事の摂り方が不規則になったり、ホルモンバランスが変化することから「むし歯」や「歯周病」になりやすくなっています。歯周病などの炎症によって、赤ちゃんが小さく産まれたり、早産になったりするリスクが高まると言われています。

【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 ☎52-1113 (直通) ㊤三間支所健康推進係 ☎58-1050

㊤津島支所健康推進係 ☎49-7062 (直通)

集団健診

【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27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27年3月31日までに40歳以上(子宮がん=20歳以上、子宮頸がんセット=50～69歳)の人。ただし、検診部位の術後、治療中、経過観察中でない人

特定健診を受けた人に、「うわじま健康づくり応援ガイド・地場産物でイキイキげんきかんたんレシピ集」を差し上げます。

ところ	とき	健診項目	電話申込締切
宇和島保健センター(祝森)	8/1(金) 3(日)	大 子 乳	7/4(金) 8(火)
J A 高光支所	19(火)	特 前 CR 胃 大 子 乳	25(金)
市 役 所	31(日)	特 前 CT 胃 大 子 乳	8/5(火)
J A 立間中央支所	8/3(日) 28(木)	特 前 CR 胃 大 子 乳	7/8(火) 8/4(月)
三間保健福祉センター	8/4(月) 5(火)	特 前 CT 胃 大 子 乳 特 前 CR 胃 大 子 乳	7/9(水) 9(水)
北 灘 公 民 館	8/6(水)	特 前 CR 胃 大 子 乳	7/11(金)

※平成26年度の集団健診日程は、広報うわじま4月号折り込みの「集団健(検)診日程表」に掲載しています。

※広報4月号折り込みの申込用ハガキは、有効期限が終了のため使用できません。

※健診の申込は、健診日の40日前に締め切ります。受診を希望する人は、早めに電話でお申し込みください。

健診日の5日前までに問診票などを送ります。(定員満了のため、申し込みを締め切る場合があります)

※職場での健診と同じ項目の受診はご遠慮ください。

特 = 特定健診・後期高齢者健診

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

セ = 子宮頸がん・体がん(エコー)セット検診

CR = 肺がんデジタル検診CR

大 = 大腸がん検診

乳 = 乳がんマンモグラフィ

乳幼児健康診査・保健相談

対象の子どもに個人通知を送ります。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。

	とき	受付時間	ところ	対象児(校区)
3か月児健康診査	6/10(火)	13:00～13:30	宇和島保健センター(祝森)	H26.2月生まれ(城東・津島)
	11(水)	13:00～13:30	市 役 所	H26.2月生まれ(城南・城北・宇和海・三間)
	7/2(水)	13:00～13:30	市 役 所	H26.3月生まれ(城南・城北・宇和海・三間)
	3(木)	13:00～13:30	宇和島保健センター(祝森)	H26.3月生まれ(城東・津島)
8か月児健康相談	6/9(月)	9:30～10:00	三間保健福祉センター	H25.10月生まれ(三間)
	13(金)	9:30～11:00	立 間 公 民 館	H25.10月生まれ(吉田)
	16(月)	9:30～10:00	津 島 保 健 セ ン タ ー	H25.10月生まれ(津島)
	19(木)	9:30～11:00	宇和島保健センター(祝森)	H25.10月生まれ(城東・城南・城北・宇和海)
1歳6か月児健康診査	6/5(木)	13:00～13:40	市 役 所	H24.10～11月生まれ(城南) H24.11月生まれ(城北・宇和海・三間)
	17(火)	13:00～13:40	宇和島保健センター(祝森)	H24.10～11月生まれ(城東・津島)
3歳児健康診査	6/18(水)	13:15～13:45	宇和島保健センター(祝森)	H22.11～12月生まれ(城東)
	7/1(火)	13:00～13:40	宇和島保健センター(祝森)	H23.1～2月生まれ(城東) H22.12～H23.1月生まれ(津島)

ヘルスアップ実践講座

健康のプロが楽しく健康の秘訣を伝授します。10年後も元気で過ごすために、今の生活を見直してみませんか。

参加無料

■筋力アップでロコモ知らず ～体力年齢若返りのために～

【内 容】体力年齢を知ろう、自宅のできる筋トレ(ロコモティブシンドローム予防を含む)、運動の後のストレッチ

とき	ところ	時 間	対 象	定 員	持参品	申込・問合先
7/3(木)	吉田ふれあい運動公園 体育館	9:15～11:30 (受付)9:30まで	40～64歳の人	20人程度 (先着順・要予約)	室内用運動靴・タオル 飲み物・健康手帳(ある人)	㊤