

■赤ちゃん健康情報

◆ぽかぽか広場

妊娠や出産、育児などについての相談や情報交換が行えます。

○日時 毎週火曜日（祝日除く）

10時～15時

○場所・問合せ 中央保健センター

◆チェリーくらぶ

子どもの遊び場や保護者の方が気軽にしゃべりのできる空間を提供しています。

○日時 毎週月・木曜日（祝日除く）

9時～16時

○場所・問合せ 小松保健センター

■成人向け健康相談

◆健康栄養相談（予約制）

受付時間：9時～11時

○中央保健センター 4月3日（金）・20日（月）

○東予保健センター 4月13日（月）・24日（金）

○丹原保健センター 4月10日（金）

○小松保健センター 4月17日（金）

■産業保健健康相談

○日時 4月23日（木）13時～15時

○場所 西条商工会議所2階小会議室

○対象 働いている方

○申込先 地域産業保健センター（TEL0897-36-1788）、西条市医師会（TEL0897-56-2211）

■西条保健所情報

◆一般健康診断（有料）

4月6日（月）・20日（月）

13時30分～14時30分

◆エイズ血液検査・相談（匿名・無料）

毎週月曜日（祝日除く）10時～11時

◆骨髄バンク登録（要予約）

毎週月曜日（祝日除く）9時～15時

◆精神保健相談（要予約）

4月21日（火）13時30分～15時30分

◆難病医療相談（要予約）

4月28日（火）13時30分～15時30分

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

■4月の献血日程

◆市庁舎本館

4月17日（金）9時30分～12時

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

中学1年生・高校3年生相当者の皆さん

麻しん（はしか）・風しん予防接種を受けましょう

麻しん（はしか）を排除するため、麻しん・風しん定期予防接種の対象者が第1期（1歳児）、第2期（小学校入学前の1年間に当たる児）に加え、第3期（中学1年生）、第4期（高校3年生相当者）に拡大されています。

この対象者拡大は平成24年度までの期限付きです。

麻しん・風しんの予防には2回接種が大変有効です。対象となる方は、ぜひ予防接種を受けましょう。

平成21年度の「第3期」「第4期」の接種対象者

○第3期 中学1年生

平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの方

○第4期 高校3年生相当の方

平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれの方

平成21年度の接種期間

平成21年4月1日（水）～平成22年3月31日（水）

接種方法

毎年4月上旬に対象者へ接種券・予診票を送付しますので、受け取られたら、なるべく早く委託医療機関で接種してください。

注意事項

○今までに麻しん・風しんの予防接種を受けている・受けていないに関わらず、全員が第3期・第4期の対象となります。（無料で接種できます）

○原則、麻しん・風しん混合ワクチンを接種します。

問合せ 中央保健センター

今後の「第3期」「第4期」の麻しん・風しん予防接種対象者

○第3期 中学1年生

平成22年度は、平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの方

平成23年度は、平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの方

平成24年度は、平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方

○第4期 高校3年生相当の方

平成22年度は、平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれの方

平成23年度は、平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方

平成24年度は、平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの方

.....

食生活プランニング講座

食事バランスガイドで自分に見合った食事の量を知っていただき、あなたの自身の食生活をプランニング（計画）します。

内容 バランス編：食事バランスガイドでバランスの良い食事を習得

カロリー編：普段の食事のカロリーを計って、食生活を改善

▼食生活プランニング講座 4月・5月の日程等

場所・申込先	バランス編	カロリー編	受講時間
中央保健センター	4月17日（金）	5月15日（金）	13時30分～15時
東予保健センター	4月10日（金）	5月8日（金）	
丹原保健センター	4月24日（金）	5月22日（金）	
小松保健センター	4月3日（金）	5月1日（金）	

4月の

乳幼児健康診査と
乳幼児相談の日程は
健康カレンダーを
ご覧ください。