

■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。

相談には助産師・保育士・保健師・栄養士などの専門スタッフが応じ、問題解決に向けて一緒に考えます。

※2週間以内に感染症にかかった方、接触された方、治って間もない方の来場は、ご遠慮ください。

○日時 毎週火曜日（祝日除く）
10時～15時（受付：14時30分まで）

○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：13時30分～16時

○中央保健センター 9月10日(月)

○東予保健センター 9月3日(月)

○丹原保健センター 9月18日(火)

○小松保健センター 9月24日(月)

■西条保健所情報

◆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）

9月24日(月) 13時30分～15時30分

◆難病医療相談（要予約）

9月25日(火) 13時30分～15時30分

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

■9月の献血

◆パルティ・フジ東予店 9月19日(水)

10時～11時30分・12時30分～16時

◆フジグラン西条

9月25日(火) 10時～16時

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

総合福祉センター（もてこい元気館） 9月15日(土)に臨時休館します

総合福祉センター（もてこい元気館）では、9月15日(土)に受水槽と貯湯槽の清掃作業を行います。作業に伴い断水となるため当日は臨時休館します。

問合せ 中央保健センター

9月の乳幼児相談

3日(月) 9：30～11：00 東予保健センター

6日(木) 9：30～11：00 丹原保健センター

11日(火) 9：30～11：00 中央保健センター

13日(木) 9：30～11：00 田野公民館

14日(金) 9：30～11：00 小松保健センター

いっしょに 歩こう！

Walking Information



ウォーキング
完了者

7月に完了認定証を交付された方は次のとおりです。（敬称略）

◆全国1周完了（10,310km） ○元根 功（氷見乙） ○渡邊 光（国安）

◆北海道1周コース（2,190km） ○篠原政禎（丹原町池田）

◆九州1周コース（1,840km） ○中西貞二（西泉甲）

◆四国1周コース（940km）

○川上元章（朔日市）

○渡辺哲也（喜多台）

○高橋 滋（丹原町今井）

○月原保廣（丹原町来見）

○鈴鹿伸治（小松町妙口）



おめでとうございます

野菜を食べよう教室 参加者募集！

野菜の効果や効能を学習し、1日の摂取目安量である350gの量を実際に目で見て体験するなど、野菜の上手な食べ方や調理方法を身につけます。

対象 市内在住の方で、特定保健指導対象者、食と健康に興味のある方

▼野菜を食べよう教室 9月の日程等

※申し込みは1週間前まで受付

場所・申込先	開催日	定員	受講時間
小松保健センター	9月19日(水)	15人	講義 9時30分～11時 調理実習 11時～13時

※10月は中央保健センターで実施予定

体の中から健康になる 食事のツボ講座

内容 カロリー編：食べ物のカロリーを知って、理想の体重に近づこう

バランス編：食事バランスガイドを知って、体の内側から美しくなる

▼食事のツボ講座 9月・10月の日程等

※申し込みは前日まで受付

場所・申込先	カロリー編	バランス編	受講時間
中央保健センター	9月26日(水)	10月17日(水)	13時30分～15時
東予保健センター	9月24日(月)	10月3日(水)	
丹原保健センター	9月10日(月)	—	
小松保健センター	9月21日(金)	—	

9月の乳幼児健康診査

内容	期日	受付時間	場所	対象児	地区
3カ月児健診	11日(火)	13：00～13：30	東予	平成24年5月1日～5月31日の出生児	東予
	20日(木)	13：00～14：00	中央		西条
	25日(火)	13：00～13：30	小松	平成24年5月1日～6月30日の出生児	小松
1歳6カ月児健診	13日(木)	13：00～14：00	中央	平成23年2月1日～2月28日の出生児	西条
	19日(水)	13：00～13：30	東予		東予・丹原・小松
3歳児健診	4日(火)	13：00～13：30	東予	平成21年8月1日～8月31日の出生児	東予・丹原・小松
	27日(木)	13：00～14：00	中央		西条

※場所 中央：中央保健センター、東予：東予保健センター、小松：小松保健センター

※必要な物 母子健康手帳・アンケート（育児のしおり内）

※対象地区の場所以外で受診される場合は、事前に中央保健センターへご連絡ください。