

## ■赤ちゃん健康情報

### ◆ぼかぼか広場

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お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（要予約）

5/2(金) 中央保健センター 9:00～11:00

5/9(金) 丹原保健センター 9:00～11:00

5/16(金) 小松保健センター 9:00～11:00

5/23(金) 東予保健センター 9:00～11:00

### ■産業保健健康相談

○日時 5月22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）

5/19(月) 13:30～14:30

### ◆エイズ血液検査・相談（匿名・無料）

毎週月曜日（祝日除く） 10:00～11:00

### ◆骨髄バンク登録（要予約）

毎週月曜日（祝日除く） 9:00～15:00

### ◆精神保健相談（要予約）

5/7(水) 13:30～15:30

### ◆思春期保健相談・女性の健康相談（要予約）

5/13(火) 13:00～15:00

### ◆歯の健康相談（要予約）

5/21(水) 13:00～14:30

### ◆難病医療相談（要予約）

5/27(火) 13:30～15:30

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

## ■5月の献血日程

5/18(日) 立正佼成会西条教会  
10:00～12:00、13:00～15:00

5/21(水) パルティフジ東予  
10:00～11:30、12:30～16:00

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

## 5月の乳幼児相談

1日(木) 9:30～11:00 丹原保健センター

7日(水) 9:30～11:00 東予北地域交流センター

8日(木) 10:00～11:30 飯岡公民館

9日(金) 9:30～11:00 小松保健センター

12日(月) 13:30～15:00 東予保健センター

13日(火) 9:30～11:00 中央保健センター

16日(金) 10:30～11:30 神拝公民館

28日(水) 10:30～11:30 大町公民館

## 食生活プランニング講座

食生活プランニング講座では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、あなた自身の食生活をプランニング（計画）します。講座には、基礎編と応用編があり、来年3月まで隔月で実施します。

### ▼食生活プランニング講座 6月・7月の日程等

| 場所・申込先   | 基礎編      | 応用編      | 受講時間       |
|----------|----------|----------|------------|
| 中央保健センター | 6月20日(金) | 7月18日(金) | 13時30分～15時 |
| 東予保健センター | 6月13日(金) | 7月11日(金) |            |
| 丹原保健センター | 6月27日(金) | 7月25日(金) |            |
| 小松保健センター | 6月6日(金)  | 7月4日(金)  |            |

## 妊娠中は「定期健康診査」を必ず受けましょう

妊娠中の定期健康診査（妊婦健診）は、お母さんと赤ちゃんの健康を守り、妊娠が順調かどうかをチェックするための健診です。妊娠中は身体にいろいろな変化が起こりますし、自覚症状がなくてもトラブルが隠れていることもあります。

市では、2回実施していた妊婦健診の公費負担回数を、昨年12月から5回にしています。無事に出産の日を迎えるため、定期的に受診しましょう。

問合せ 中央保健センター

※転入された妊婦の方は、妊婦健診の受診票をお渡ししますので、母子手帳を持って各保健センターへお申し出ください。

## 5・6月は、不正大麻・けし撲滅運動月間

愛媛県では運動月間中に、大麻とけしの正しい知識の普及啓発や、不正栽培の発見・除去などの活動をしています。

けしには植えて良いけし（ひなげし、おにげし等）と悪いけしがあり、植えて悪いけしは、アヘンやモルヒネの原料となるため、法律で栽培が厳しく規制されています。

### 植えて悪いけしの見分け方

○草丈は成長すると1m以上になり、茎は太く、がっちりしている。

○茎や葉の表面には、ほとんど毛がない。

○茎や葉は「ろう」がかった白っぽい緑色。

○葉の付け根が太い茎を半分抱くような形で付いている。

不正栽培や自生している大麻・けしを見つけたり、疑わしいと思ったりしたときは、西条保健所（TEL0897-56-1300）にご連絡ください。

## 5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   | 20日(火) | 13:00～13:30 | 東予 | 平成20年1月1日～1月31日の出生児   | 東予       |
|          | 22日(木) | 13:00～14:00 | 中央 |                       | 西条       |
|          | 27日(火) | 13:00～13:30 | 小松 | 平成20年1月1日～2月29日の出生児   | 小松       |
| 1歳6カ月児健診 | 14日(水) | 13:00～13:30 | 東予 | 平成18年10月1日～10月31日の出生児 | 東予・丹原・小松 |
|          | 15日(木) | 13:00～14:00 | 中央 |                       | 西条       |
| 3歳児健診    | 8日(木)  | 13:00～14:00 | 中央 | 平成17年4月1日～4月30日の出生児   | 西条       |
|          | 13日(火) | 13:00～13:30 | 東予 |                       | 東予・丹原・小松 |

※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

※母子健康手帳・アンケート（育児のしおり内）を持参してください。

※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。