

■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。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 9時~16時  
(祝日・1月2日除く)

○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 1月6日(月)・  
2月3日(月)

○東予保健センター 1月8日(水)・  
2月10日(月)

○丹原保健センター 1月20日(月)・  
2月17日(月)

○小松保健センター 1月27日(月)・  
2月24日(月)

※「こころの相談」も受け付けます。

■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)  
1月16日(木)13時30分~15時30分

◆難病医療相談(要予約)  
1月28日(火)13時30分~15時30分

○問合せ 西条保健所  
TEL0897-56-1300

■1月の献血

◆パルティ・フジ東予店 1月22日(水)  
10時~11時30分・12時30分~16時  
(東予ライオンズクラブ協力による開催)

○問合せ 西条保健所  
TEL0897-56-1300

1月の乳幼児相談

6日(月)	9:30~11:00	東予保健センター
9日(木)	9:30~11:00	丹原保健センター
10日(金)	9:30~11:00	小松保健センター
14日(火)	9:30~11:00	中央保健センター
17日(金)	9:30~11:00	石根公民館

# 保健センターだより

中央保健センター TEL0897-52-1215 神拝甲324-2 総合福祉センター内  
東予保健センター TEL0898-64-5333 周布606-1 東予総合福祉センター内  
丹原保健センター TEL0898-68-7300 丹原町池田1762-1 丹原総合支所北隣  
小松保健センター TEL0898-72-6363 小松町新屋敷乙48-1 小松地域福祉センター内

## 臨床心理士による こころの健康電話相談

日時 1月26日(日) 9時~17時

電話番号(当日のみ)

089-956-3120・089-956-3130

内容 家庭や職場のことや心と身体の不調についてなど、臨床心理士が電話で相談に応じます。(匿名、秘密厳守)

主催 愛媛県臨床心理士会・日本臨床心理士会

## こころの相談(要予約)

日時 1月27日(月) 13時30分~15時30分

場所 中央保健センター

内容 生活上の問題、治療、社会復帰などに関する心の健康相談

担当 医師および保健師 申込先 中央保健センター

## 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 1月・2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	1月24日(金)	2月28日(金)	13時30分~15時
東予保健センター	1月17日(金)	2月17日(月)	
小松保健センター	—	2月21日(金)	

## 1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	16日(木)	13:00~14:00	中央	平成25年9月1日~9月30日の出生児	西条
	21日(火)	13:00~13:30	東予		東予
	28日(火)	13:00~13:30	小松	平成25年9月1日~10月31日の出生児	小松
1歳6カ月児健診	9日(木)	13:00~14:00	中央	平成24年6月1日~6月30日の出生児	西条
	22日(水)	13:00~13:30	東予		東予・丹原・小松
3歳児健診	7日(火)	13:00~13:30	東予	平成22年12月1日~12月31日の出生児	東予・丹原・小松
	23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。