

■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 10時～15時  
(祝日・12月30日を除く)

○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・12月29日を除く)

○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)

- 12/1(月) 小松保健センター 9:00～11:00
- 12/5(金) 中央保健センター 9:00～11:00
- 12/8(月) 東予保健センター 9:00～11:00
- 12/12(金) 丹原保健センター 9:00～11:00
- 12/15(月) 中央保健センター 9:00～11:00
- 12/26(金) 東予保健センター 9:00～11:00

■産業保健健康相談

- 日時 12月25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)

12/1(月)・15(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・12月29日除く)  
10:00～11:00

◆骨髄バンク登録(要予約)

毎週月曜日(祝日・12月29日除く)  
9:00～15:00

◆精神保健相談(要予約)

12/3(水) 13:30～15:30

◆女性の健康相談(要予約)

12/9(火) 13:00～15:00

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

12月の乳幼児相談

3日(水)	9:30～11:00	東予北地域交流センター
4日(木)	9:30～11:00	丹原保健センター
8日(月)	13:30～15:00	東予保健センター
12日(金)	9:30～11:00	小松保健センター
16日(火)	9:30～11:00	中央保健センター
19日(金)	10:30～11:30	禎瑞公民館
19日(金)	9:30～11:00	石根公民館

市民健康講座 ～健康寿命を延ばすために～

平均寿命が延びている昨今、少しでも長く健康で自立した生活を送ることが理想です。健康寿命を延ばすため、身近な病気について勉強しませんか？

お口の健康講座

日時・場所 1月22日(木) 19時30分～21時 東予保健センター  
1月29日(木) 19時30分～21時 中央保健センター

講師 22日：佐伯歯科診療所 佐伯勉氏  
29日：たからだ歯科クリニック 院長 宝田学氏

申込先 各保健センター

脳の病気・頭痛について

日時・場所 1月27日(火) 15時～16時30分 中央保健センター  
2月10日(火) 15時～16時30分 東予保健センター

講師 村上記念病院 脳神経外科部長 藤田仁志氏

申込先 各保健センター

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 12月・1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	12月19日(金)	1月23日(金)	13時30分～15時
東予保健センター	12月12日(金)	1月16日(金)	
丹原保健センター	12月26日(金)	1月30日(金)	
小松保健センター	12月5日(金)	1月9日(金)	

調理師の皆さん!

調理師業務従事者の届出をお忘れなく

調理業務に従事している調理師の方は、調理師法に基づき、2年ごとに届出が義務付けられています。

現在、調理師免許を取得し、集団給食施設または飲食店営業、魚介類販売業、そうざい製造業などで調理に従事している方は、1月15日(木)までに必ず調理師業務従事者の届出をしてください。

届出先 西条保健所生活衛生課 TEL0897-56-1300

12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	9日(火)	13:00～13:30	東予	平成20年8月1日～8月31日の出生児	東予
	25日(木)	13:00～14:00	中央		西条
	16日(火)	13:00～13:30	丹原	平成20年8月1日～9月30日の出生児	丹原
1歳6カ月児健診	10日(水)	13:00～13:30	東予	平成19年5月1日～5月31日の出生児	東予・丹原・小松 西条
	18日(木)	13:00～14:00	中央		
3歳児健診	2日(火)	13:00～13:30	東予	平成17年11月1日～11月30日の出生児	東予・丹原・小松 西条
	11日(木)	13:00～14:00	中央		

※場所 中央：中央保健センター、東予：東予保健センター、丹原：丹原保健センター

※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。