

保健センターだより

今年度最後!!

総合健診の追加日程をお知らせします

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

受付時間：●… 8時30分～11時 ■…13時30分～14時30分

健康診査、肝炎ウイルス検診、がん検診

地区	日程	実施場所	健康診査	肝炎ウイルス検診	がん検診								申込先	
					胃	肺	大腸	超音波	前立腺	乳マンモ	乳エコー	子宮		
西条	1/20(水)	中央保健センター						■			■		■	中央保健センター TEL0897-52-1215
	1/31(日)		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		
東予	1/18(月)	東予保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	東予保健センター TEL0898-64-5333
	1/23(土)						■			■		■		

健康診査の対象者 (平成28年3月31日現在)

- 18～39歳の方
- 国民健康保険に加入する40～74歳の方
- 後期高齢者医療保険に加入の方
(受診日において75歳以上の方など)

肝炎ウイルス検診の対象者 (平成28年3月31日現在)

- 40歳以上で未受診の方

大腸がん検診

下記の日程は、午前中に各保健センター（中央・東予・丹原・小松）で受診できます。

大腸がん検診は、採便容器を提出するだけの簡単な検査です。この機会にぜひ受診しましょう！

■日時 1月18日(月)・20日(水) 8時30分～12時

■実施場所・申込先 各保健センター

がん検診の対象者 (平成28年3月31日現在)

- 胃がん検診 18歳以上の方
- 肺がん検診 18歳以上の方
- 大腸がん検診 30歳以上の方
- 腹部超音波検診 30歳以上で奇数年生まれの方
- 前立腺がん検診 50歳以上の男性で奇数年生まれの方
- 乳がん検診

エコー検査：30～39歳の女性で奇数年生まれの方

マンモグラフィー検査：40歳以上の女性で奇数年生まれの方

- 子宮頸がん検診 18歳以上の女性

※奇数年とは、元号で数えた場合のことです。

※平成27年度にすでに受診されている方は、受診できません。

※検診は全て予約が必要です。

精神障害者家族教室 参加者募集!

精神障害者に対する家族が学ぶべき関わり ～親亡き後に備えて今からできる事～

日常生活の中で、「当事者にどう伝えたらいいだろう?」「こんなことを言ったら病状の悪化につながるだろうか?」と不安に思うことはありませんか?

下記の日程で専門家をお招きし、実践的に関わりを学べる家族教室を実施します。SSTという技法を用いて、当事者との関わり方を学べます。お気軽にご参加ください。(無料・事前申し込み不要)

■日時 12月14日(月)

受付 13時～

講演 13時30分～16時

■場所 総合福祉センター3階B棟 研修室1

■対象 精神障害者の方のご家族

■講師 川下ひとみ氏

(堀江病院認定SST講師)

■問合せ NPO法人石錠

TEL0897-53-1803

インフルエンザの流行期です!

～早めの予防接種で流行を乗り切ろう～

インフルエンザは、症状が重く、感染力が強いので注意が肝要です。予防に効果的なのは、体力・気力、そしてワクチンです。重症化を防止するため、子どもから高齢の方まで、早めにワクチンを接種し、流行期を乗り切りましょう。

お家・施設で歯の治療 在宅歯科医療連携室

在宅や施設で、歯や歯ぐきの痛みや入れ歯が合わないなど、歯やお口の相談に応じます。高齢や病気などで歯科医院へ通うことができず、お困りの方はご相談ください。詳しくは12月5日(土)に新聞折り込みチラシでご案内します。お気軽にお申し込みください。

問合せ ○西条市歯科医師会在宅歯科医療連携室

FAX050-3737-3635

○東予周桑歯科医師会在宅歯科医療連携室

FAX050-3730-7202

■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・12月29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・12月28日・31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 12月7日(月)・
1月4日(月)

○東予保健センター 12月14日(月)・
1月13日(火)

○丹原保健センター 12月21日(月)・
1月18日(月)

○小松保健センター 12月18日(金)・
1月25日(月)

■こころの相談（要予約）

生活上の問題、治療、社会復帰などに関する心の健康相談に応じます。

○日時 12月21日(月) 13時30分～15時30分

○担当 医師および保健師

○場所・申込先 中央保健センター

■西条保健所情報

◆エイズ相談（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

◆難病医療相談（要予約）

12月22日(火) 13時30分～15時30分

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

12月の乳幼児相談

3日(木) 9:30～11:00 丹原保健センター

3日(木) 10:00～11:30 東予北地域交流センター

8日(火) 9:30～11:00 中央保健センター

11日(金) 9:30～11:00 小松保健センター

14日(月) 9:30～11:00 東予保健センター



ラジオ体操グループ紹介



■グループ名 藍刈ひまわりサロン

■活動場所 藍刈集会所

■活動日 毎週木曜日

■コメント

週1回集まって、ラジオ体操第1・第2を行っています。多いときには、15人を超えて集まり、気持ちよく体を動かしています。ラジオ体操後のおしゃべりも楽しみの一つです。



エイズ相談・検査のお知らせ

12月1日(火)～7日(月)は「愛媛エイズ予防週間」です。

西条保健所では、通常の検査時間（毎週月曜日：10時～11時）以外に無料・匿名検査および相談を実施します。

予約の必要はありません。直接お越しください。

検査結果は採血後、約30分でお知らせします。ただし、追加・確認検査が必要になった場合は結果が後日になります。感染の機会があつてから3カ月以上たつて検査してください。

■日時 12月7日(月) 17時～19時

■場所 東予地方局1階（西条市喜多川796-1）

■問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300（内線319）

※当日の相談・検査時間中は内線331

体の中から健康になる 食事のつぼ講座

内容 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ろう
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



▼12月・1月の日程等

※申し込みは前日まで受付

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	12月14日(月)	1月22日(金)	13時30分～15時
東予保健センター	12月21日(月)	1月29日(金)	

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	15日(火)	13:00～13:30	東予	平成27年8月1日～8月31日の出生児	東予
	17日(木)	13:00～14:00	中央		西条
	22日(火)	13:00～13:30	丹原	平成27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(木)	13:00～14:00	中央	平成26年5月1日～5月31日の出生児	西条
	16日(水)	13:00～13:30	東予		東予・丹原・小松
3歳児健診	1日(火)	13:00～13:30	東予	平成24年11月1日～11月30日の出生児	東予・丹原・小松
	24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
丹原：丹原保健センター

※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。