

子どもの B型肝炎ワクチン 予防接種が無料に

10月
から

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

対象 平成28年4月1日以降に生まれた子ども
無料で接種可能な年齢 1歳の誕生日の前日まで
標準的な接種年齢 生後2カ月～9カ月
接種回数 3回

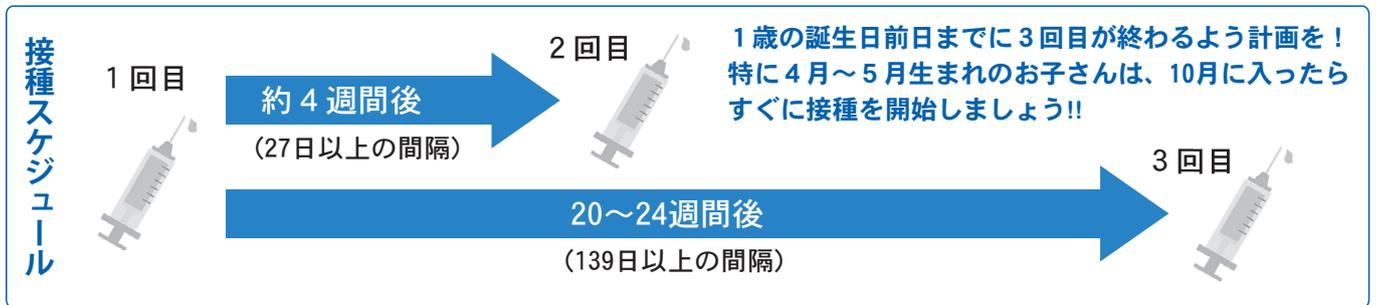
接種券・予診票の配布方法

- 平成28年4月～8月生まれ
10月1日までに郵送
- 平成28年9月以降生まれ
育児のしおりと一緒に各保健センターで配布

必要な物 母子健康手帳、接種券、予診票

接種方法 県内の委託医療機関に予約のうえ接種
 ※任意接種として既にB型肝炎ワクチンの接種を受けたことがある場合は、1歳の誕生日の前日まで残りの接種を受けることができます。
 ※母子感染予防のため、出生直後にB型肝炎ワクチンを接種されたお子さんは、健康保険が適用されるため、定期接種の対象外になります。

問合せ 中央保健センター



高地ウォーキング体験教室 参加者募集

対象 高地での運動が可能な30歳以上の市民
 ※心疾患、脳血管疾患、肝疾患、腎疾患で治療中の方は参加できません。

募集人数 各教室40人（先着順）

申込期限 10月14日(金)

申込先 中央保健センター

日程・場所

	日	程	ウォーキング場所
①	10月22日(土)	8時～17時	瓶ヶ森林道
②	10月30日(日)	8時～17時	瓶ヶ森林道

※①・②教室のいずれか、ご都合のよい教室にお申し込みください。

※高地への送迎はマイクロバスで行います。各総合支所からバスに乗車できます。自己負担金（マイクロバス代1,500円）が必要です。

※雨天の場合は中止となります。

高齢者のインフルエンザ 予防接種を受けましょう

期間 10月15日(土)～12月31日(土)

※65歳の誕生日が医療機関の年末休診日にあたる方は、事前に接種しましょう。

対象年齢

- ①接種時に65歳以上の方
- ②接種時に60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫低下の重度障がい有る方（身体障害者手帳1級相当）

接種回数・費用

1回 1,000円 ※市外（県内）でも接種可。

問合せ 中央保健センター

10月17日(月)～23日(日)は 「薬と健康の週間」です

薬を使用する際は次のことにご注意ください。

- 使用する前に薬の添付文書をよく読む。
- 用法・用量を守る。
- 薬の形にあった服用方法を守る。
- 薬の飲み合わせ（相互作用）に注意する。
- 高齢者の薬の使用には特に注意する。
- 薬は正しく保管する。
- 古い薬は使用しない。

問合せ

○愛媛県薬務衛生課 TEL089-912-2391

○（一社）愛媛県薬剤師会 TEL089-941-4165

■赤ちゃん健康情報

◆ぼかばか広場

妊娠・出産・育児など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：火曜日（祝日除く）

10時～15時（助産師相談は12時まで）

※受付は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：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「健康栄養相談」※要予約

受付時間：13時30分～16時

中央保健センター：10月3日(月)・11月7日(月)

東予保健センター：10月12日(水)・11月14日(月)

丹原保健センター：10月17日(月)・11月21日(月)

小松保健センター：10月24日(月)・11月28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、心の健康相談に医師・保健師が応じます。

日時：10月24日(月) 13時30分～15時30分

場所・申込先：中央保健センター

■西条保健所情報

◆エイズ血液検査・相談（匿名・無料）

月曜日（祝日除く）10時～11時

◆骨髄バンク登録（要予約）

月曜日（祝日除く）9時～15時

◆難病医療相談（要予約）

10月25日(火) 13時30分～15時30分

問合せ：西条保健所 TEL0897-56-1300

■10月の献血日程

◆株クラレ 西条工場

10月21日(金) 10時～13時

◆西条市役所

10月21日(金) 9時30分～12時

◆石鎚山ハイウェイオアシス

10月30日(日) 10時～12時・13時～15時

伊予小松ライオンズクラブ協力

問合せ：愛媛県赤十字血液センター

TEL089-973-0755

地方祭期間、総合福祉センターの開館時間が変わります

■期間・開館時間

10月14日(金)～16日(日) 8時30分～17時

※屋外駐車場は閉鎖しません。

15日(土)はアクアホール終日休館です。

10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

12日(水) 9:30～11:00 小松保健センター



ラジオ体操グループ紹介



グループ名 リメイク さざんか

活動場所 大町公民館

活動日 毎週金曜日

コメント 着物や帯などの古布を利用

し、洋服やかばんにリメイク

する活動をしています。

活動を通して、環境などのさまざまな事に関心を持ちながら生きがい作りを、活動後のラジオ体操で、健康づくりを行っています。



正しいラジオ体操で効果的な運動を ラジオ体操で健康づくり講座

「だれでも、どこでも、いつからでも」始められる手軽なラジオ体操ですが、正しい体操を知っていると、とても効果的です。

NHKテレビ・ラジオでおなじみの講師やアシスタントと一緒に運動できるチャンスです。正しいラジオ体操を覚えて、健康づくりを始めましょう！

日時 10月28日(金) 14時～15時30分

場所 総合体育館

講師 NHKテレビ・ラジオ体操指導

鈴木大輔先生

NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント

松下亜実さん

申込み開始日 10月5日(水)～

申込先 各保健センター

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る

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



▼10月・11月の日程など

※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	10月5日(水)	11月14日(月)	13時30分～15時
東予保健センター	10月26日(水)	11月18日(金)	
丹原保健センター	10月27日(木)	11月29日(火)	
小松保健センター	10月31日(月)	11月30日(水)	

10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	13日(木)	13:00～14:00	中央	平成28年6月1日～6月30日の出生児	西条
	18日(火)	13:00～13:30	東予		東予
	25日(火)	13:00～13:30	丹原	平成28年6月1日～7月31日の出生児	丹原
1歳6カ月児健診	6日(木)	13:00～14:00	中央	平成27年3月1日～3月31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25年9月1日～9月30日の出生児	東予・丹原・小松
	20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。