

保健だより

総合健診を実施します

日 12月3日(金) 受付: 8時30分~11時
 場 東予保健センター
 図 下表のとおり
 圃 東予保健センター (TEL 0898-64-5333)

健診項目	料金	対象年齢
基本健診	無料	満40歳以上
胃がん	900円	
大腸がん	500円	
肺がん	無料	
腹部超音波	1,500円	
骨粗しょう症	1,000円	満30歳以上
マンモグラフィ	1,800円	

女性の検診

検診日・検診場所

○小松農村環境改善センター
 12月6日(月)、14日(火)
 ○小松保健センター
 12月7日(火)~10日(金)・13日(月)
 受付時間 13時~14時
 図 30歳以上の女性
 図 子宮がん、乳がん、骨粗しょう症の検診
 圃 小松保健センター (TEL 0898-72-6363)
 ※上記の検診日以外でも受診できますが
 事前にご連絡ください。

成人向け健康相談

◆健康栄養相談

日 11月26日(金)、12月24日(金)
 9時30分~11時
 場 東予保健センター
 圃 東予保健センター (TEL 0898-64-5333)

◆健康相談

日 毎週月曜日 9時~12時
 ※月曜日以外でも相談を受け付けますが
 事前にご連絡ください。
 場 小松保健センター
 圃 小松保健センター (TEL 0898-72-6363)

◆成人健康相談

場 玉津・飯岡・神拝・大町・神戸・橋・
 氷見公民館、加茂町集会所、禎瑞地区
 クロツケー場、中央保健センター
 圃 日程など詳しくは、中央保健センター
 (TEL 0897-52-1215)へ。

赤ちゃん健康情報

◆すくすく相談会

日 11月29日(月)、12月20日(月)
 受付: 13時30分~15時

場 東予保健センター

図 乳幼児

圃 東予保健センター (TEL 0898-64-5333)

◆チェリーくらぶ

日 11月22日(月)・25日(木)・29日(月)
 12月2日(木)・6日(月)・16日(木)・
 20日(月)・27日(月)

各時間: 9時~16時

場 小松保健センター

図 子どもたちが遊んだり、保護者のかた
 が気軽におしゃべりのできる空間を提
 供しています。

圃 小松保健センター (TEL 0898-72-6363)

◆乳幼児健康相談

日 12月13日(月) 9時30分~11時

場 中央保健センター

図 乳幼児

圃 中央保健センター (TEL 0897-52-1215)

歩け歩け運動の完了者

旧西条市で実施した市民歩け歩け運動
 で9月に完了認定証を交付したかたは、
 次のとおりです。(敬称略)

◆本州1周相当コース(5,340km)

○加地一郎(福武甲)

○近藤聖訓(喜多川)

○村川達夫(明屋敷)

◆四国1周相当コース(940km)

○日野百合子(明屋敷)

歩くことは、健康にとても良いこと
 です。皆さんも市民歩け歩け運動に参加し
 てみませんか。

詳しくは 中央保健センター (TEL
 0897-52-1215)へお問い合わせください。



火災のない明るい新年を迎えましょう

市では、12月20日~1月10日まで年末年始
 における特別火災予防運動を行い、明るい新年
 を迎えられるように広報や警戒巡視などで火災
 予防を呼びかけています。

この時期は空気が乾燥しているため、火災の
 発生しやすい気象状態が続きます。また、歳末
 の忙しさに気を取られ、火に対する注意がある
 そかになりがちです。

「火の用心」で火災のない住みよいまちづくり
 にご協力ください。



石油ストーブは正しく使用しましょう

本格的な冬を迎え、暖房器具を使用する時季です。石油ストーブは移動が簡単
 で、操作も難しくないので一般家庭や作業場などで広く使われています。

しかし、火をつけたまま給油するなど、使う人の不注意による火災が多くみら
 れます。ストーブの火災を防ぐために、次のことに注意しましょう。

- ストーブの近くに紙、衣類など燃えやすいものを置いたり近づけたりしない。
- ストーブの上に洗濯物を干さない。
- 石油ストーブは、灯油以外のものを給油しない。
- ストーブの近くでヘアスプレーなどの引火の危険があるものは使用しない。
- いつもと違うにおいがしたら、使用するのをやめましょう。
- 石油ストーブなどに灯油を補給する場合は、火を必ず消し、あふれ出ないように注意しながら、給油中はその場を絶対に離れない。
- 外出するときや寝るときは完全に消火したことを確認する。
- 地震のときなどの振動で転倒しないよう、固定する必要があるストーブは、きちん
 と固定する。
- 安全装置が故障していないか、十分な点検を行う。