

■赤ちゃん健康情報

◆ぼかぼか広場 場所：中央保健センター
妊娠・出産・育児などの相談や情報交換が行えます。保健師・栄養士・助産師・保育士などのスタッフが相談に応じます。

※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）

◆チェリーくらぶ 場所：小松保健センター
子どもの遊び場や、保護者が気軽に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

■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：4月3日(月)・5月8日(月)

東予保健センター：4月10日(月)・5月1日(月)

丹原保健センター：4月17日(月)・5月15日(月)

小松保健センター：4月24日(月)・5月22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：4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

■認知症（もの忘れ）相談 ※要予約

日時：4月26日(水) 9時～11時30分

場所：市庁舎本館1階相談室 定員：2人

問合せ：高齢介護課 TEL0897-52-1412

■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）

4月25日(火) 13時30分～15時30分

問合せ：西条保健所 TEL0897-56-1300

■4月の献血日程

◆フジグラン西条 4月11日(火)

10時～11時30分・13時～16時

西条ロータリークラブ協力

◆西条市役所 4月21日(金) 9時30分～12時

◆総合福祉センター 4月29日(土)

9時～11時30分・12時30分～15時

問合せ：愛媛県赤十字血液センター

TEL089-973-0755

4月の乳幼児健康診査と乳幼児相談の日程は今月号に折り込みの「健康カレンダー」をご覧ください。



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



ラジオ体操グループ紹介



グループ名 小松公民館みんなで体操グループ

活動場所 小松公民館 玄関前

活動日 毎週水・金曜日

コメント 寒くても暑くても、家から公民館まで歩いてきて体を動かすと気分爽快になります。体操後のちょっとしたおしゃべりも楽しいです。



ふれあい看護体験に参加しませんか

5月12日は「看護の日」に制定されており、この日を含む週間を「看護週間」といいます。

看護週間の記念行事として、1日看護体験の参加者を募集します。看護師になりたい学生さんや、ご家族の介護に役立てたい、病院のことを知りたい方など、どなたでも参加できます。ぜひご応募ください。

実施日	実施施設（募集人数）	申込先（下段は問合先）
5月10日(水)	訪問看護ステーション ゆるぎ荘（4人）	〒793-0035 福武字蔵尾甲162-1 TEL0897-55-0626
5月11日(木)	済生会西条病院（4人）	〒793-0027 朔日市269-1 看護部長（三島） TEL0897-55-5100
5月13日(土)	西条愛寿会病院（5人）	〒793-0035 福武字蔵尾甲158-1 事務長秘書（高野） TEL0897-55-2300
	市立周桑病院（6人）	〒799-1341 壬生川131番地 地域医療連携室（吉井） TEL0898-64-2630
	西条中央病院（5人）	〒793-0027 朔日市804番地 看護部（安藤） TEL0897-56-0300
	村上記念病院（6人）	〒793-0030 大町739 看護部（日浅） TEL0897-56-2300

応募方法

往復はがきに「ふれあい看護体験参加希望」と明記の上①住所②氏名（フリガナ）③年齢④性別⑤職業（学生は学校・学年）⑥電話番号⑦洋服・靴のサイズ⑧学校の許可があること（中学生・高校生のみ）を記入し、各施設に直接お申し込みください。

応募期限 4月21日(金) 必着

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り、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り、理想の体重に近づこう

▼4月・5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	4月21日(金)	5月26日(金)	13時30分～15時
東予保健センター	4月14日(金)	5月12日(金)	