

■赤ちゃん健康情報

◆ばかばか広場 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・保育士などの専門スタッフが相談に応じます。助産師相談は午前のみです。

※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・1月2日除く）

10時～15時

※相談受付時間は10時～11時30分、13時～14時30分

◆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

■成人向け「健康栄養相談」※要予約

受付時間：13時30分～14時30分

中央保健センター：1月9日（火）・2月5日（月）

東予保健センター：1月15日（月）・2月14日（水）

丹原保健センター：1月22日（月）・2月19日（月）

小松保健センター：1月29日（月）・2月26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：1月29日（月）14時～16時

場所：東予保健センター

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：1月25日（木）9時～11時30分

場所：東予総合福祉センター 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）

1月23日（火）13時30分～15時30分

問合せ：西条保健所 TEL0897-56-1300

■1月の献血日程

◆フジ東予店 1月17日（水）

9時30分～11時30分・13時～16時

東予ライオンズクラブ協力

◆西条市役所 1月19日（金）9時30分～12時

問合せ：愛媛県赤十字血液センター

TEL089-973-0755

乳幼児相談

1月4日（木）9：30～11：00 丹原保健センター

2月1日（木） 中央保健センター

1月9日（火）9：30～11：00 中央保健センター

1月10日（水）9：30～11：00 小松保健センター

1月15日（月）9：30～11：00 東予保健センター

1月26日（金）10：00～11：00 石根公民館

1月30日（火）10：00～11：00 丹原児童館

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

高齢者のインフルエンザ 予防接種期間を延長します

期間 1月31日（水）まで

対象者 平成29年12月31日時点で65歳以上の方

接種回数・費用 1回 1,000円（2回目以降は全額自己負担）

※市外（県内）でも接種可。

問合せ 中央保健センター

すっきりスリム教室 参加者募集

対象 30歳以上の市民で、生活習慣病の予防や体力アップをしたい方

※身体状況により主治医意見書の提出、参加をお断りする場合があります。

※平成29年度前期の教室に参加された方は、申し込みできません。

内容 ボール・ステップ台・ダンベルなどを使い、ストレッチ、筋力アップ運動、有酸素運動をバランスよく行います。

申込 1月5日（金）から各保健センターで受付

（総合福祉センター開催分は中央保健センターで受付）

定員 各20人（先着順） 時間 13時30分～14時30分

場所・日程 総合福祉センター：1月22日～3月26日の毎週月曜日

東予保健センター：1月24日～3月28日の毎週水曜日

丹原保健センター：1月18日～3月22日の毎週木曜日

小松保健センター：1月16日～3月27日の毎週火曜日

体の中から健康になる 食事のつぼ講座

内容 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

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

1月・2月の日程など

※申し込みは前日まで受付

場所・申込先	カロリー編	バランス編	受講時間
中央保健センター	1月12日（金）	2月19日（月）	13時30分～15時
東予保健センター	1月22日（月）	2月16日（金）	

1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	16日（火）	13：00～13：30	東予	平成29年9月1日～9月30日の出生児	東予
	18日（木）	13：00～14：00	中央		西条
	23日（火）	13：00～13：30	小松	平成29年9月1日～10月31日の出生児	小松
1歳6カ月児健診	11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
	17日（水）	13：00～13：30	東予		東予・丹原・小松
3歳児健診	25日（木）	13：00～14：00	中央	平成26年12月1日～12月31日の出生児	西条
	30日（火）	13：00～13：30	東予		東予・丹原・小松

※場所 中央：中央保健センター、東予：東予保健センター、小松：小松保健センター

※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。