

■赤ちゃん健康情報

◆子育て総合相談窓口「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ます。

身体計測コーナーもありますので、気軽にご利用ください。

※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（祝日除く）

10時～15時 ※相談受付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 9時～16時

（祝日・4月21日除く）

○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：9時～11時

○中央保健センター 4月1日(金)

○東予保健センター 4月22日(金)

○丹原保健センター 4月8日(金)

○小松保健センター 4月15日(金)

■西条保健所情報

◆エイズ血液検査・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

◆精神保健相談（要予約）

4月26日(火) 13時30分～15時30分

◆難病医療相談（要予約）

4月26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

◆市庁舎本館

4月15日(金) 9時30分～12時

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

総合健診「乳がん検診」「子宮頸がん検診」の検査方法が変わります

乳がん検診

30～39歳の女性は「乳房超音波検診」に

今年度から、30～39歳の女性の乳がん検診は、マンモグラフィー検診から「乳房超音波検診」に変わります。

マンモグラフィー検診は、手には触れない小さな腫瘍を発見することができます。しかし、乳腺組織の発達している若い年代では画像が白く写るため腫瘍と判別しにくいことがあります。若い年代の女性には、正常な乳腺と腫瘍の判別がしやすい「乳房超音波検診」が適しています。

今月号に折り込みの「健康カレンダー」で検診日程を確認し、お間違えのないようお申し込みください。

子宮頸がん検診

細胞の採取方法を「ブラシ法」に変更！

今までの子宮頸がん検診の方法は、綿棒を使って子宮の入り口の細胞を採取していましたが、今年度からは「ブラシ法」へ変更することになりました。

「ブラシ法」は、より多くの細胞を採取することができるため、精度の高い検診を行うことができます。ただし、綿棒を使った方法よりも広範囲から細胞を採取するため、出血を起こしやすくなります。

※出血のほとんどは自然に止まります。

子宮頸がんは、検診によって早期発見でき、ほぼ100%予防できるといわれています。ぜひ、受診してください。

総合健診に「女性のための健診」を開設 レディースデー、ママ健診

女性が健診（検診）を受けやすいようにするため、総合健診に「レディースデー」と「ママ健診」を設けました。

「レディースデー」は参加対象者を女性に限定し、「ママ健診」は受診の間に託児を行うものです。

子どもさんを預ける人がいなくて、今まで受診したくても受診できなかった皆さん、この機会にぜひ受診してください。健診の日程や検査の内容など詳しくは、今月号に折り込みの「健康カレンダー」6ページをご覧ください。



体の中から健康になる 食事のツボ講座

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

▼食事のツボ講座 4月・5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	4月15日(金)	5月27日(金)	13時30分～15時
東予保健センター	4月4日(月)	5月2日(月)	
丹原保健センター	4月7日(木)	5月12日(木)	
小松保健センター	4月8日(金)	5月13日(金)	

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