

## ■赤ちゃん健康情報

### ◆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、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 毎週火曜日(祝日除く) 10時～15時(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(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 10月7日(金)

○東予保健センター 10月14日(金)

○丹原保健センター 10月28日(金)

○小松保健センター 10月21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)

10月24日(月) 13時30分～15時30分

### ◆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

### ◆パーティ・フジ東予店

10月2日(日) 10時～11時30分

12時30分～16時

### ◆市庁舎本館

10月21日(金) 9時30分～12時

### ◆西条建設業会館

10月27日(木) 10時～11時30分

12時30分～16時

○問合せ 西条保健所 TEL0897-56-1300

## 祭礼中の総合福祉センター 開館時間変更のお知らせ

総合福祉センター(もてこい元気館)は秋祭り期間中の開館時間を変更します。

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日はアクアホールを終日休館します。

## 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

6日(木) 9:30～11:00 東予南地域交流センター

11日(火) 9:30～11:00 中央保健センター

14日(金) 9:30～11:00 小松保健センター

19日(水) 9:30～11:00 丹原公民館

## 10月は「骨髄バンク推進月間」

## あなたを待っている人がいます 骨髄バンクに登録を!

あなたの善意が骨髄移植等以外に治療方法のない、白血病や重症再生不良性貧血などの血液難病患者さんの命を救います。

全国で骨髄バンクのドナー登録者は、38万人を超えましたが、骨髄移植等を受けられた国内の患者さんは、約6割にとどまっています。一人でも多くの患者さんを救うためには、今後も一人でも多くの方のドナー登録をお願いしていかなければなりません。

ドナー登録は約2mlの採血でできますので、18歳から54歳までの健康な方の登録をお願いします。

### 市内骨髄バンク登録窓口(要予約)

西条保健所(東予地方局内) 毎週月曜日 TEL0897-56-1300

問合せ 愛媛県薬務衛生課 TEL089-912-2391

(財)骨髄移植推進財団 TEL0120-445-445

## 野菜を食べよう教室 参加者募集!

野菜の効果や効能を学習し、1日の摂取目安量である350gの量を実際に目で見て体験するなど、野菜の上手な食べ方や調理方法を身につけます。

対象 市内在住の方で、特定保健指導対象者、食と健康に興味のある方

### ▼野菜を食べよう教室 11月・12月の日程等 ※申し込みは1週間前まで受付

場所・申込先	開催日	定員	受講時間
東予保健センター	11月29日(火)	15人	講義 9時30分～11時 調理実習 11時～13時
丹原保健センター	12月21日(水)	15人	

※1月は小松保健センター、2月は中央保健センターで実施予定

## 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 10月・11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	10月21日(金)	11月18日(金)	13時30分～15時
東予保健センター	10月3日(月)	11月7日(月)	
丹原保健センター	10月6日(木)	11月10日(木)	
小松保健センター	10月14日(金)	11月11日(金)	

## 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	27日(木)	13:00～14:00	中央	平成23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23年6月1日～7月31日の出生児	丹原
1歳6カ月児健診	13日(木)	13:00～14:00	中央	平成22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20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		

※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。