

**■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：13時30分～16時  
○中央保健センター 8月4日(月)・9月1日(月)  
○東予保健センター 8月11日(月)・9月8日(月)  
○丹原保健センター 8月18日(月)・9月22日(月)  
○小松保健センター 8月25日(月)・9月29日(月)  
**■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  
◆難病医療相談（要予約）  
8月26日(火) 13時30分～15時30分  
○問合せ  
西条保健所 TEL0897-56-1300

## 8月の乳幼児相談

4日(月)	9:30～11:00	東予保健センター
7日(木)	9:30～11:00	丹原保健センター
8日(金)	9:30～11:00	小松保健センター
12日(火)	9:30～11:00	中央保健センター

## 市民健康講座 ラジオ体操で健康づくり

正しいラジオ体操の方法をお伝えします。 ※要予約（先着順）

日時	場所	講師
9月4日(木) 13時30分～15時	ひうち体育館	NHKラジオ体操講師
10月8日(水) 13時30分～15時	中央公民館	

■申込先 各保健センター

## 難病相談・支援センターからのお知らせ

愛媛県難病相談・支援センターでは、難病患者さんやご家族の方から、療養上の悩みや不安などについて電話や面接で相談を受けています。また、患者交流会を定期的開催し、同じ悩みを抱える患者・家族同士の交流の輪が広がっています。

- ◆対象 難病と診断された方  
診断は受けていないが、難病でお困りの方
- ◆日時 電話・面接相談 月・水曜日 10時～12時・13時～16時  
金曜日 10時～12時  
患者交流会 毎週金曜日 13時30分～16時  
※祝日を除く。初回時は要予約。
- ◆場所 愛媛県総合保健福祉センター内（松山市本町7-2）
- ◆問合せ 愛媛県難病相談・支援センター TEL089-917-8784

## 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って、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



▼食事のつぼ講座 8月・9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
東予保健センター	8月18日(月)	9月22日(月)	13時30分～15時
中央保健センター	8月22日(金)	9月26日(金)	

## 8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	19日(火)	13:00～13:30	東予	平成26年4月1日～4月30日の出生児	東予
	21日(木)	13:00～14:00	中央		西条
	26日(火)	13:00～13:30	丹原	平成26年4月1日～5月31日の出生児	丹原
1歳6カ月児健診	14日(木)	13:00～14:00	中央	平成25年1月1日～1月31日の出生児	西条
	20日(水)	13:00～13:30	東予		東予・丹原・小松
3歳児健診	5日(火)	13:00～13:30	東予	平成23年7月1日～7月31日の出生児	東予・丹原・小松
	28日(木)	13:00～14:00	中央		西条

※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。