

乳幼児 コーナー

※乳児一般健康診査受診票は、生後2カ月頃に予防接種手帳と合わせてお送りします。
 ※5カ月児健康相談では、親子のふれあいを支援するため、絵本などが入ったブックスタート・パックとウッドスタートをお渡ししています。

対象月齢	内容	実施日	時間・場所	必要なもの
3～4カ月	かかりつけの小児科で乳児一般健康診査(1回目)を受けましょう!		診療時間内に委託医療機関にて	・乳児一般健康診査受診票 ・母子健康手帳
5カ月	5カ月児健康相談 (R元年9月生)	2月7日(金) 2月14日(金)	9:30～10:30 保健センター	・母子健康手帳 ・5カ月児健康相談アンケート
6～11カ月	すくすく乳児相談 (予約制・個別相談)	2月17日(月)	9:30～10:30 保健センター	・母子健康手帳 事前に保健センターに電話で申し込み
9～11カ月	かかりつけの小児科で乳児一般健康診査(2回目)を受けましょう!		診療時間内に委託医療機関にて	・乳児一般健康診査受診票 ・母子健康手帳
1歳6カ月	1歳6カ月児健診 (H30年7月生)	2月26日(水)	13:20～14:20 保健センター	・母子健康手帳 ・郵送している健康診査票
3歳	3歳児健診 (H29年1月生)	3月4日(水)	13:20～14:20 保健センター	・母子健康手帳 ・郵送している健康診査票

保健の窓口

Window of the health

新居浜市保健センター
〒792-0811 庄内町4-7-17
☎35-1070 ☎37-4380
✉hoken@city.niihama.lg.jp

すこやかダイヤル
 保健センター ☎35-1070
 すまいるステーション ☎35-1101
 保健師・栄養士・歯科衛生士などが健康に関する相談をお受けします。

♥体組成測定日

日時 2月20日(木) 9:30～11:30
 2月21日(金) 9:30～11:30

場所 保健センター

- ・前回の測定から6カ月程度は空けてください。
- ・前回の結果や健診結果表をお持ちください。

♥にいはまぶらりウォーク 好評受付中!

まだまだ寒さが厳しい季節、運動不足になっている人も多いのではないのでしょうか。ウォーキングで冬を元気に乗り切りましょう!

日程	受付開始時間・場所	コース	距離
3月11日(水)	8:45 池田池公園	池田の池と船木大久保周遊コース	5.5km

注意事項 運動できる服装、タオル、水分補給用の飲み物をご持参ください。※雨天中止

申し込み 保健センター
☎35-1070



♥「食育料理教室」参加者募集!!

今回のテーマは「塩パンでバランス献立」。簡単に作れる塩パン・コブサラダ・スペイン風スープ・ババロアを作ります。

日時 3月12日(休) 9:00～13:00

場所 保健センター調理実習室

対象 49歳以下の市民(先着20人)

準備物 エプロン、ハンドタオル

料金 無料

申し込み 2月6日(休)以降に保健センターへ直接電話で申し込み ☎35-1070



♥こころの相談

ひとりで悩んでいませんか?

日時 3月25日(水) 9:30～11:30

場所 保健センター

内容 悩みや不安の相談に臨床心理士が応じます。

定員 2組程度(要予約) 料金 無料

申し込み 保健センター ☎35-1070

集団けんしん

申込先 保健センター ☎35-1308 国保課 ☎65-1219

けんしん日程	特定健診	肝炎ウイルス	大腸がん	胃がん	肺がん		子宮頸がん	乳がん マンモグラフィ	前立腺がん	骨粗しょう症	若年者健診
					X線	CT					
受付時間 ○ 8:30～11:00 △ 9:30～10:30 ★ 13:00～14:00 ◎ 9:30～11:00	対象者 40～74歳 の国保加入者	40歳以上 (過去受診者を除く)	40歳以上	40歳以上	40歳以上		20歳以上 女性 (昨年度受診者を除く)	40歳以上 女性	40歳以上 男性	18～70 歳女性	18～39 歳男性
自己負担金					無料	無料					
2月2日(日) 保健センター	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○
2月13日(木) 保健センター	○	○	○★	○	○★	○	★	○★	○		
2月18日(火) ウイメンズプラザ	◎										

※各けんしんには定員(先着順)があります。申し込みした人には、けんしん日の約1週間前に書類などを送りますので、けんしん希望日の3週間前までに申し込んでください。

2月も!!

大腸がん予防キャンペーンを実施します!

「私は大丈夫」と思っていませんか? 自分のため、家族のためにも大腸がん検診を受けましょう!
早期の大腸がんは自覚症状がほとんどありません。
早期発見・早期治療のために、症状がなくても年に一回検診を受けることが大切です。

- ①対象 40歳以上の市民
※今年度受けた人は受けられません。
- ②日程 2月3日(月)～28日(金) ※土日祝を除く
※申込締切は2月20日(木) 12:00
- ③受付時間 8:30～17:00(金曜日は12:00まで)
- ④場所 保健センター(庄内町4-7-17)
- ⑤個人負担金 無料
- ⑥受診方法 事前に保健センターへ申し込みください。自宅に問診票と採便容器が郵送されます。2日分の便を採り、問診票と一緒に保健センターに持参ください。約1カ月後に結果が届きます。

大腸がん検診とは…?

便に潜む血液の有無を調べる検査です。便の表面を満遍なくこすり、専用容器に入れて提出するだけです!
※生理中の人は正確な結果が出にくいので、生理終了後に採便してください。

表面を採便用の棒でまんべんなくこすりとってね



早期発見なら90%以上が完治します。ぜひ、この機会に大腸がん検診を受けましょう!

▶申し込み・問

保健センター ☎ 35-1308
※他のがん検診も同時に受診したい人は
集団けんしんをご利用ください。



高齢者の肺炎球菌感染症予防接種はお早めに!

平成31年度「高齢者の肺炎球菌感染症予防接種」の対象となっている人は一部公費負担(自己負担4,000円)で接種できます。対象者には昨年4月に個人通知しています。希望者は**3月31日**までに接種してください。

- ・ワクチンの効果・副反応をよく理解し、本人の意思で接種してください。
- ・定期接種の対象となるのは生涯で1回のみです。
- ・過去に「23価肺炎球菌ワクチン」を接種した人は対象外です。

3月31日までの対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日
70歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日
75歳	昭和19年4月2日～昭和20年4月1日
80歳	昭和14年4月2日～昭和15年4月1日
85歳	昭和9年4月2日～昭和10年4月1日
90歳	昭和4年4月2日～昭和5年4月1日
95歳	大正13年4月2日～大正14年4月1日
100歳	大正8年4月2日～大正9年4月1日
101歳以上	大正8年4月1日以前生まれ

実施場所 市内および県内の委託医療機関(要電話予約)

自己負担 4,000円(生活保護世帯は無料)

持参物 健康保険証または後期高齢者医療保険証、自己負担金、*接種記録カード、*接種券、*予診票

*対象者へは送付済みです。紛失した人は保健センターまでご連絡ください。

♥妊活についてお話を聞きに来ませんか

内容

①相談会「ハッピーな妊活をするために知っておきたいこと」
アドバイザー：黒田優子(公益社団法人日本助産師会)

②専門の助産師による個別相談(無料)

日時 2月17日(月)

① 10:00~11:30 ② 13:30~15:30

定員 ① 10人(定員になり次第終了)

② 2件(先着順)

場所 ①②西条保健所(東予地方局西条庁舎)

申込方法 電話申込(②は1週間前までに)

※詳しくは西条保健所まで

申し込み・問

西条保健所(東予地方局西条庁舎)

西条市喜多川796-1 ☎ 56-1300(代)内線319

♥第4回骨盤底筋フィットネス

日時 3月7日(土) 14:00～15:00

場所 十全総合病院3階 外待合

対象 市民

内容 理学療法士による集団骨盤底筋トレーニングほか

定員 20人(要予約) 料金 500円

申し込み・問

十全総合病院 ☎ 33-1818(水田)