

# 保健だより

お問い合わせ 市健康増進課保健係 ☎ 32・3551

## ◆ 乳児相談 ◆

日 程	場 所	受付時間
11月13日(金)	立江公民館	午後1時30分～2時
11月17日(火)	坂野公民館	午後1時30分～2時
11月27日(金)	市保健センター	午前9時30分～10時
12月1日(火)	市保健センター	午後1時30分～2時 <small>※離乳食講習会(9か月児を同時に行います)</small>

【料金】無料

※身体測定、育児相談を行います。母子健康手帳をご持参ください。

## ◆ 子育てポンプ「へいぶ」 ◆

日 程	場 所	内 容	受付時間
11月13日(金)	立江公民館	落ち葉あそび 汚れるものなので着え る準備をお願いいたします。	午後1時30分～2時
11月17日(火)	坂野公民館	葉っぱであそぼう 汚れるものなので着え る準備をお願いいたします。	午後1時30分～2時
11月18日(水)	市保健センター	収穫あそび	午前9時30分～10時
12月1日(火)	市保健センター	クリスマスツリー かざりつけ	午後1時30分～2時

【料金】無料

【対象】1歳～就学前のお子さんとその保護者(小松島市に住民票のある幼児)の自由遊びとお友達づくりを行います。

【終了時間】受付時間終了から45分程度で終了します。

## ◆ 乳幼児健診 ◆

健診の種類	該当児	日 程
3～4か月児健診	平成21年7月9日～8月18日生	11月18日(水)
9～10か月児健診	平成20年12月25日～平成21年2月10日生	11月19日(木)
1歳6か月児健診	平成20年5月生	11月24日(火)
3歳5か月児健診	平成18年6月生	11月25日(水)

【場所】市保健センター

【受付時間】午後1時30分～2時

【料金】無料 ※母子健康手帳をご持参ください。

## ◆ 健康相談 ◆

小松島市民の方であれば、どなたでも無料で参加できます!

食事や運動について知りたい方、育児に関する相談のある方におすすめてです。

【内 容】血圧測定・尿検査・保健師・管理栄養士による個別相談  
※健康手帳や母子健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

日 程	場 所	受付時間
11月9日(月)	立江公民館	午前10時～11時30分
11月16日(月)	コミュニティーセンター新開館	午後1時30分～3時
11月17日(火)	芝田多目的研修センター	午後1時30分～3時
11月20日(金)	総合福祉センター	午前10時～11時30分
12月1日(火)	金 磯 会 館	午前10時～11時30分

※立江公民館、コミュニティーセンター新開館、金磯会館では、ボランティアによる『阿波踊り体操』を行います。動きやすい服装でお越しください。

## ◆ 健康講座 ◆

「自分の健診結果を理解できていますか?」  
「もっと知りたい健診結果 血糖値が高めと言われたら?」

【講師】市保健センター 保健師・管理栄養士

- 【内容】
- ① 健診結果を見て、体の状態をチェックしよう
  - ② 食生活を振り返ってみよう(1日の食事量について)
  - ③ 自分のはんこの適正量を知ろう(実際にご飯量を量ってみましょう)

日 程	場 所	受付時間	終 了
11月6日(金)	市保健センター	午後1時～1時30分	午後3時30分

【受講料】無料  
※申し込みは不要です。  
※健診結果を必ずご持参ください。

### 保健事業に参加する方へ

新型インフルエンザが流行しています。お子様、保護者ともに、かぜ症状や体調が悪い場合には熱を測り、発熱がないことを確認してからお越しください。発熱がある場合は、かかりつけ医に電話で受診方法を確認後受診してください。

来所時に感染が疑われる場合にはお帰りのため、状況により事業を延期、または中止することがありますのでご了承ください。

【母子健康手帳の交付は、市保健センターで行っています】  
小松島町新港9-10 ☎ 32・3551 まで。

【休日、夜間の当番医のお問い合わせは】  
専用電話 ☎ 33・2581 まで。

## 保健師 一口メッセージ

知っていますか? ヒトパピローウイルス

子宮頸がんの原因は、99.7%が、ヒトパピローウイルスの感染によるものといわれています。このウイルスはどこでも存在するごく一般的なものです。その中で、粘膜に好んで感染する発がん性の高いタイプのヒトパピローウイルスがあります。性交渉経路は性交渉です。性交渉経験者の50%から80%は少なくとも一度はヒトパピローウイルスに感染したことがあり、自然消滅するといわれています。ウイルスが消えず、感染期間が長引く(約10年)とがん細胞に変化していきます。子宮頸がんは悪性のがんへ進行する前の自覚症状のない状態(前がん病変)で発見すると早期治療が可能なので、がん検診が最も有効な手段です。最近、20歳代から30歳代の若い世代に子宮頸がんが診断される人が増加傾向にあります。原因は、①初めて性交渉する年齢が若くなり、ウイルス感染が若年層に広がっていること。②子宮頸がん検診受診率が低いこと。が挙げられています。(小松島市の20年度受診率8.8%)

小松島市では、20歳以上の女性を対象に、子宮頸がん検診を、県内56か所の医療機関で、通年実施しています。2年に1回、自己負担1,500円で受診できます。市保健センターへ申し込みいただけます。平成20年4月以降に、小松島市の子宮頸がん検診を受けていない方は、検診を受けます。

市保健師 勢井陽子