

保健だより



乳幼児相談 ※料金は無料です

1歳未満のお子さんについては身体計測を行います。また、乳児から就学前のお子さんの育児相談を行います。母子健康手帳をご持参ください。

日程	場所	受付時間
6月 5日(火)	市保健センター	午後1時30分～2時 ※離乳食講習会(7～18か月児)を同時に行います。
6月 19日(火)	坂野公民館	午後1時30分～2時 ※生活リズムのお話を行います。
6月 22日(金)	市保健センター	午前9時30分～10時
7月 3日(火)	市保健センター	午後1時30分～2時

【お問い合わせ先】

市保健センター(ミリカホール内)
☎32・3551 / FAX 32・4145
Mail: hokencenter@city.komatsushima.
i-tokushima.jp

母子健康手帳は、市保健センターで交付しています
休日、夜間の当番医のお問い合わせは
専用電話(☎33・2581)まで。

子育てポンポコくらぶ ※料金は無料です

1歳から就学前のお子さん(小松島市に住民票のある幼児)の自由遊びとお友だちづくりを行います。

日程	内容	受付時間
6月 5日(火)	新聞紙で遊ぼう	午後1時30分～2時
6月 20日(水)	七夕かざり	午前9時30分～10時
7月 3日(火)	お絵かき	午後1時30分～2時

【場所】市保健センター

先天性股関節脱臼検診 ※料金は無料です

日程	場所	受付時間
6月 20日(水)	市保健センター	午後1時30分～2時

【対象者】これまで先天性股関節脱臼検診を受けていない乳児
※母子健康手帳、子どもはぐくみ医療受給者証、健康保険証、フェイスタオルをご持参ください。

乳幼児健診 ※料金は無料です

健診の種類	該当児	日程	受付時間
3～4か月児健診	平成30年2月17日～平成30年3月21日生	6月 21日(木)	各健診共通 午後1時20分～1時40分 ※該当されるお子様には個人通知をします。 ※母子健康手帳をご持参ください。
9～10か月児健診	平成29年8月18日～平成29年9月28日生	6月 28日(木)	
1歳6か月児健診	平成28年12月生	6月 26日(火)	
3歳5か月児健診	平成27年1月生	6月 27日(水)	

【場所】市保健センター

健康講座 ※小松島市民対象で受講料無料、申込不要です

●内臓脂肪撃退運動教室

ポッコリお腹をひきしめたい方、
運動不足を感じている方、
ぜひご参加ください。



【内容】内臓脂肪を減らす運動、ストレッチ体操等

【講師】フィットネスアドバイザー 平松 佐和子 先生

日程	受付時間	終了時間
6月 8日(金)	午前9時45分～10時15分	午前11時30分

【場所】市保健センター

※当日の体調により運動をお断りすることがあります。
※水分補給用の飲み物を持参し、運動できる服装・靴でご参加ください。

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

日程	場所	時間
6月 5日(火)	櫛淵公民館	午前10時30分～11時30分
6月 8日(金)	建島会館	午前10時～11時30分
6月 15日(金)	坂野公民館	午前10時～11時30分
6月 25日(月)	市保健センター	午後1時30分～3時

※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。

保健師一口メッセージ

麻しん(はしか)を予防するには

麻しんは、麻しんウイルスが原因で発症する感染症です。麻しんウイルスの感染経路は、空気感染、咳やくしゃみなどによる飛沫感染、接触感染など様々な感染経路によって感染します。毎年春から初夏にかけて流行が見られます。感染力が強く、手洗い、マスクのみで予防はできません。

麻しんは、ワクチン(麻しん、風しん混合ワクチン)を2回接種することで予防することができます。1歳児と小学校入学前1年間の幼児が定期予防接種の対象です。

平成29年度の本市の定期予防接種率は1歳児は97%、小学校入学前1年間の幼児は94%となっています。

麻しんを排除するためにはワクチン接種率95%以上が必要とされています。対象児の保護者の方は早めに医療機関を予約し、予防接種をお受けください。

市保健師 井上 有紀子