

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
10月16日(火)	坂野公民館	午後1時30分～2時
10月26日(金)	市保健センター	午前9時30分～10時
11月6日(火)	市保健センター	午後1時30分～2時

子育てポンポくらぶ ※料金は無料です

1歳から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)の自由遊びとお友だちづくりを行います。

日程	内容	受付時間
10月17日(水)	運動会	午前9時30分～10時
11月6日(火)	マラカス作り	午後1時30分～2時

【場所】市保健センター

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6月13日～平成30年7月25日生	10月25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12月14日～平成30年1月31日生	10月31日(水)	
1歳6か月児健診	平成29年4月生	10月24日(水)	
3歳5か月児健診	平成27年5月生	10月23日(火)	

【場所】市保健センター

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
10月12日(金)	建島会館	午前10時～11時30分
10月19日(金)	坂野公民館	
10月22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。

市保健師 前田 厚美

風しんの予防のためには、予防接種が最も有効な方法です。定期接種の対象は、1歳児、小学校入学前1年間の幼児ですが、特に妊婦を守る観点から、風しんにかかったことがなく、ワクチンを1回も受けたことのない方で、①30代から50代の男性②妊婦の夫、子ども及びその他の同居家族③10代後半から40代の女性(特に妊娠希望者又は妊娠する可能性の高い方)に該当する方は、かかりつけの医師にご相談いただき、任意で予防接種を受けることをご検討ください。

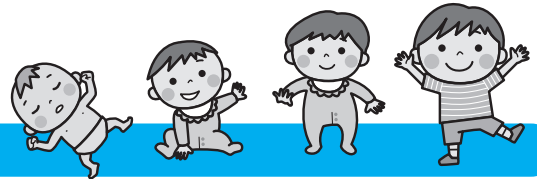
保健だより



【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。



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 佐知子 先生

日程	受付時間	終了時間
10月5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。
*水分補給できる飲み物を持参し、運動できる服装・靴で参加ください。

保健師一口メッセージ

「風しんに注意しましょう」

風しんは、風しんウイルスによって引き起こされる急性の発疹性感染症です。

風しんウイルスの感染経路は、咳やくしゃみなどによる飛沫感染で、ヒトからヒトへ感染が伝播します。感染すると約2～3週間後に発熱や発しん、リンパ節の腫れなどの症状が現れます。大人がかかる、発熱や発しんの期間が子どもに比べて長く、関節痛がひどいことが多いとされています。また、妊娠初期(20週以前)に風しんにかかると難聴・白内障・先天性心疾患を特徴とする先天性風しん症候群を持った赤ちゃんが生まれる可能性が高くなります。