

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
1月13日(金)	立江公民館	午後1時30分～2時
1月27日(金)	市保健センター	午前9時30分～10時
2月7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。

子育てポンポコクラブ ※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
1月18日(水)	絵本の読み聞かせ	午前9時30分～10時
2月7日(火)	節分	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
1月11日(水)	市保健センター	午後1時30分～2時

【対象者】これまでに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28年9月8日～平成28年10月18日生	1月18日(水)	各健診共通 午後1時20分～1時40分
9～10か月児健診	平成28年3月9日～平成28年4月19日生	1月19日(木)	
1歳6か月児健診	平成27年7月生	1月24日(火)	※該当されるお子様には個人通知をします。
3歳5か月児健診	平成25年8月生	1月25日(水)	※母子健康手帳をご持参ください。

【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
1月16日(月)	コミュニティーセンター新開会館	午後1時30分～3時
1月17日(火)	芝田多目的研修センター	午前10時～11時30分
1月20日(金)	市総合福祉センター	午前10時～11時30分
1月23日(月)	児安公民館	午前10時～11時30分
1月23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。

健康講座 ※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】運動と内臓脂肪の関係についてのお話、内臓脂肪を減らす運動の実技

【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
1月13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。

保健師一口メッセージ

肝炎ウイルス検査はお済みですか?

ウイルス性の肝炎は、治療せずに放置していると、肝硬変や肝がんなどの重篤な病気を引き起こす危険性が高まります。

ウイルス性の肝炎にはA～E型までの5種類があります。日本国内で特に患者数が多いのがB型肝炎とC型肝炎で、キャリア(保菌者)は合わせて約300万人と推定されています。

B型・C型肝炎ウイルスは血液・体液を介して感染します。40歳以上の方は、子どもの頃(1960年代)に予防接種などで1本の注射器を連続して使用することがあったり、輸血用血液などのチェックが難しかったことなどから、知らないうちに感染しているおそれがあります。感染していても肝炎を発症しないこともあり、適切な医療を受けることで発症の予防が可能です。肝炎ウイルスに感染しているかどうかは、血液検査で調べることができます。

小松島市では、平成27年度に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった方で、これまで一度も肝炎ウイルス検査を受けたことのない方に対して、無料で肝炎ウイルス検査を市内20医療機関で1月末まで実施しています。また、市の対象年齢以外の方でこれまで肝炎ウイルス検査を受けたことがない方、または感染に不安のある方は、県が実施する無料の肝炎ウイルス検査を保健所などで受けることもできます。これまで一度も受けたことがない方は、ぜひ肝炎ウイルス検査を受けましょう。

市保健師 宮井 愛実