

## 【お問い合わせ先】

市保健センター ☎32・3551 / FAX 32・4145  
市母子健康包括支援センター「おひさま」 ☎38・7500  
Mail:hokencenter@city.komatsushima. i-tokushima.jp

※各種相談・健診等の料金は無料です

## 乳幼児相談



日 程	場 所	受 付 時 間
6月15日(火)	坂野公民館	午後1時30分～2時
6月25日(金)	市保健センター	午前9時30分～10時

※1歳未満のお子様の身体測定、育児相談を行います。  
母子健康手帳、バスタオルをご持参ください。

## 子育てポンポコくらぶ

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)とその保護者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16日(水)	シャボン玉	午前9時30分～10時

【場所】市保健センター

## 乳幼児健診

健 診 の 種 類	該 当 児	日 程	受 付 時 間
3～4か月児健診	令和3年2月13日～令和3年3月17日生	6月17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、バスタオルをご持参ください。
9～10か月児健診	令和2年8月11日～令和2年9月15日生	6月30日(水)	
1歳6か月児健診	令和元年12月生	6月22日(火)	
3歳5か月児健診	平成30年1月生	6月23日(水)	

【場所】市保健センター

## 健康講座 ※小松島市民が対象です。

新型コロナウイルス感染症対応により **申込制** とさせていただきます。参加希望者は市保健センターまでお申し込みください。  
【申込期間】6月10日(木)から

### ●内臓脂肪撃退運動教室(予約制)

【内容】内臓脂肪を減らす運動、ストレッチ体操等  
【講師】ボディクリエーター 黒川 由紀 先生



日 程	受 付 時 間	終了時刻	定 員
7月7日 (水)	①午前9時55分～10時15分	午前11時30分	20名
	②午後1時10分～1時30分	午後2時45分	20名

【場所】市保健センター

※水分補給のための飲み物を持参し、運動のできる服装・靴、マスク着用でご参加ください。

## オンライン妊産婦・赤ちゃん健康相談

料金は無料ですが、通信料は利用者負担です。

日 程	定 員	相 談 時 間
6月24日(木)	3名 (①～③各1名)	①午前9時30分～10時 ②午前10時30分～11時 ③午前11時30分～正午

【対象者】小松島市に住民登録のある妊産婦、乳児のいる父母の方  
※Web会議システム「Zoom」を使用して、自宅にいながら助産師さんに育児や妊娠中の相談ができます。ご希望の方は、「おひさま」へ6月18日(金)までに電話またはメールでお申し込みください。

## 先天性股関節脱臼検診

日 程	場 所	診 察 時 間
6月16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  
※該当されるお子様には個人通知をします。  
※母子健康手帳、子どもはぐくみ医療受給者証、健康保険証、バスタオルをご持参ください。

## 健康相談 ※小松島市民が対象です。

骨折や認知症予防のための生活習慣や生活習慣病等、健康に関する相談を受け付けています。

【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7日(月)	和田島公民館	午後1時30分～3時
6月10日(木)	櫛淵公民館	午前10時～ 11時30分
6月18日(金)	坂野公民館	
6月28日(月)	市保健センター	午後1時30分～3時

※健康手帳をお持ちの方は持参し、マスク着用でご参加ください。

## 保健師一口メッセージ

「マダニによる感染症に  
注意しましょう」

マダニが媒介する病気として、「重症熱性血小板減少症候群(SFTS)」「日本紅斑熱」「ライム病」等多くの感染症があります。このうち、SFTSは国内で毎年60～90名前後の患者が報告されていますが、有効な治療法が確立されておらず対症療法となり、日本での致死率は約20%です(平成31年4月現在)。

予防には、マダニにかまれないように気をつけることが重要です。

マダニは、比較的大型で主に森林や草地等の屋外に生息しており、民家の裏庭や畑、あぜ道等でもみられます。活動が盛んになる春から秋にかけては、マダニにかまれる危険性が高まります。

草むら等マダニが多く生息する場所に入る場合は、長そで、長ズボン、足を完全に覆う靴、帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻く等肌の露出を少なくすることが大切です。服の色は、マダニを目で確認しやすい明るい色がお勧めです。虫除け剤(服の上から用いるタイプ)には補助的な効果があるといわれています。また、屋外活動後は入浴してマダニに刺されていないか確認しましょう。

もし、マダニに吸血された場合は、無理に引き抜こうとせず医療機関を受診してください。

また、マダニにかまれた後数週間程度は体調の変化に注意して、発熱等の症状が認められた場合は直ちに医療機関を受診しましょう。

市保健師 渡邊 静香