

妊娠期から子育て期を『おひさま』が支援します!

市保健センターでは、4月から母子健康包括支援センター『おひさま』を開設し、常駐の助産師や保健師が育児等を支援しています。

【対象者】小松島市民の方

【業務内容】

妊娠・出産に関する情報提供や、育児・授乳・離乳食の進め方、妊娠中や産後の体調等についての相談を受付しています。

【利用時間】

平日の午前8時30分から午後5時15分まで



【お問い合わせ先】市母子健康包括支援センター「おひさま」(市保健センター内) ☎38・7500 / FAX32・4145
Mail:ohisama@city.komatsushima.i-tokushima.jp

オンライン妊産婦・赤ちゃん健康相談

Web会議システム「Zoom」を使用して、自宅から助産師に育児や妊娠中の相談ができます。ご希望の方は、電話またはメールでお申し込みください。

【利用料金】無料、ただし事前申し込みが必要。(通信料は利用者負担)

【日程】10月21日(木)(申込期限10月15日(金))
11月25日(木)(申込期限11月19日(金))
12月23日(木)(申込期限12月17日(金))

産後ケア事業の案内

産後1年未満の産婦および新生児・乳児を対象に乳房ケアや沐浴指導、産後の身体のケア等の相談等を必要に応じて助産師が行います。

【利用料金】

『おひさま』
来所の場合

- ①乳房ケア……1,500円/回
- ②①以外のケア…300円/回
- ※①②を合わせて2回まで。

特定健診を受けましょう

健康寿命をのばしませんか?!

特定健診は、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診です。生活習慣病になる前の身体の変化に気づくことができます。

国民健康保険 **特定健診受診3つのメリット**

生活習慣病の予防・早期発見

生活習慣病の初期は自覚症状が無いため、放置しておくとうつ動脈硬化や脳卒中などの命にかかわる病気を発症する恐れがあります。特定健診受診で早期発見!

2,000円⇒1,000円

少ない自己負担で健康確認

血液検査や体重測定などの健診は通常9千円程度の費用が必要ですが、特定健診対象者※の方は千円の自己負担で特定健診を受診できます。

12月末までのため、お早めに!

※国民健康保険加入者で昭和22年4月1日から昭和57年3月31日生まれの方(長期入院中の方など除く)

特定保健指導を無料利用

特定健診の結果、メタボリックシンドロームの判定基準を超えた場合は、『特定保健指導』を無料で利用できます。

【お問い合わせ先】市保険年金課(市役所1階⑤番窓口) ☎32・2113 / FAX35・0173
Mail:hokennenkin@city.komatsushima.i-tokushima.jp