

保健だより

新型コロナウイルス感染症の流行状況により各種相談・健診が中止となる場合があります。ご承知ください。

当日の体調が悪い場合(発熱や軽い風邪症状がある等)は参加をご遠慮ください。

【お問い合わせ先】

市保健センター ☎ 32・3551 / FAX 32・4145

Mail:hokencenter@city.komatsushima.i-tokushima.jp

市母子健康包括支援センター「おひさま」 ☎ 38・7500

Mail:ohisama@city.komatsushima.i-tokushima.jp

乳幼児相談

日程	場所	受付時間
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カ月児)を同時に行います。
2月21日(火)	坂野公民館	午後1時30分～2時
2月24日(金)	市保健センター	午前9時30分～10時
3月7日(火)		午後1時30分～2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。

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
2月22日(水)	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2月17日(金)までに電話またはメールでお申し込みください。

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	※該当されるお子様には個人通知をします。	2月16日(木)	各健診共通 午後1時20分～ 1時40分
9～10か月児健診		3月2日(木)	
1歳6か月児健診	令和3年8月生 ※該当されるお子様には個人通知をします。	2月15日(水)	
3歳5か月児健診	令和元年9月生 ※該当されるお子様には個人通知をします。	2月22日(水)	

【場所】市保健センター ※母子健康手帳、バスタオルをご持参ください。

健康講座

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。【申込開始】2月9日(木)から

※定員になり次第締切

予約制:定員30名

●内臓脂肪撃退運動教室

【内容】内臓脂肪を減らす運動、ストレッチ体操等

【講師】ボディクリエイター 黒川 由紀 先生

日程	受付時間	終了時刻
3月1日(水)	午前9時55分～ 10時15分	午前11時30分

【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。

健康相談

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。



日程	場所	時間
2月6日(月)	和田島公民館	午後1時30分～3時
2月9日(木)	櫛淵公民館	午前10時～ 11時30分
2月17日(金)	坂野公民館	
2月27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。
※市民の方であればどなたでも、無料で参加できます。

保健師一口メッセージ

子どもの視力

子どもの目の機能は3歳頃までに急速に発達し、6歳から8歳頃までにほぼ完成します。ところが、この時期に目の機能の成長を妨げる要因があり、目の異常が見逃されると十分に視力が向上されず、将来にわたり影響することがあります。

これを「弱視」と言い、約50人に1人程度と言われています。弱視には様々な原因がありますが、主な原因として、網膜へのピントがずれて起こる遠視や乱視等の屈折異常や斜視が多いです。弱視は3歳頃に発見されれば就学までに治すことができます。そこで、自覚的な視力検査が可能になる3歳児に対して、弱視の早期発見に努めているのが、市で実施する3歳5か月児健康診査です。

令和4年度の3歳5か月児健康診査より、弱視の早期発見・早期治療を開始できるように、従来の視力検査に加えて精度の高い屈折検査機器での検査を全員に実施しています。子どもは目が見えにくくても、自分で「見えにくい」と訴えることが少なく、おうちの方が普段の生活の中で気づくことは難しいでしょう。3歳5か月児健康診査の対象の方へは市保健センターより案内通知を郵送させていただきますので、忘れずに受診してください。

市保健師 麻野 亜理沙

母子健康手帳の交付は、市保健センターで行っています。
市保健センター(小松島町新港9-10 ☎ 32・3551)まで。

2023年(令和5年)2月5日
広報こまつしま