

お問い合わせ先

市保健センター ☎ 32・3551 / FAX 32・4145 ✉ 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 ✉ ohisama@city.komatsushima.i-tokushima.jp

## ●母子事業共通事項

母子健康手帳・バスタオルを持参ください。



### 乳幼児相談

・乳幼児相談は、乳児から就学前までのお子さまの育児相談、1歳未満のお子さまの身体測定を行っています。

日程	場所	時間
5月10日(金)	ふれあいセンター立江	午後1時30分～2時
5月24日(金)	保健センター	午前9時30分～10時

### 離乳食講習会 (対象:7か月～18か月児)

・離乳食講習会は、偶数月第1火曜日に行っています。講習会のほか、希望者にはお子さまの身体計測、育児相談も行っています。

【場所】保健センター 【受付】6月4日(火) 午後1時30分～2時

### 乳幼児健診

【場所】保健センター 【受付】午後1時20分～1時40分  
※該当されるお子様には個別通知をします。

健診の種類	該当児	日程
●3～4か月児健診		5月15日(水)
●9～10か月児健診		6月6日(木)
●1歳6か月児健診	令和4年10月生	5月28日(火)
●3歳5か月児健診	令和2年12月生	5月29日(水)

### 先天性股関節脱臼検診

【場所】保健センター 【受付】5月30日(木)

【受付時間】個人通知に記載された時間にお越しください。

【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。

※フェイスタオルもご持参ください。

### マタニティくらぶ

日程	場所	時間
6月7日(金)	保健センター	午後1時30分～3時30分

【内容】安産に向けての体づくり

(骨盤ケア、妊娠中の生活について、栄養の話)

【講師】あゆみマタニティルーム助産師 永井 人美 先生 ほか

【定員】市に住民登録のある妊婦10名とその家族

※体操できる服装(ズボン)でお越しください。

※参加ご希望の方は、市保健センター(☎32・3551)へ6月4日(火)までにお申し込みください。

パパの参加も  
お待ちしております!



## 料金は無料です

### 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。

【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
5月14日(火)	ふれあいセンター立江	午前10時～11時30分
5月17日(金)	総合福祉センター	午前10時～11時30分
5月20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
5月21日(火)	芝田多目的研修センター	午前10時～11時30分
5月27日(月)	児安公民館	午前10時～11時30分
5月27日(月)	保健センター	午後1時30分～3時
6月3日(月)	和田島公民館	午後1時30分～3時

※健康手帳をお持ちの方は持参してください。

### 健康講座 (予約制)



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。

参加希望者は保健センターまでお申し込みください。

予約制です。定員になり次第締め切ります。

### ●内臓脂肪撃退運動教室 (定員35名)

【申込開始】5月10日(金)から【場所】保健センター

【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
6月18日(火)	午前9時55分～10時15分	午前11時30分

※水分補給のための飲み物を持参し、運動ができる服装・靴でご参加ください。



## おひさまオンライン妊産婦・赤ちゃん健康相談



子育て支援アプリ「母子モ」を利用し、自宅から無料で助産師・保健師に身体や授乳・育児のことなど悩みについて相談できます(アプリのダウンロード・利用料は無料ですが、通信料は自己負担になります)。ぜひお気軽にご利用ください。

利用方法など詳しくは母子健康包括支援センター「おひさま」(☎38・7500)まで



「母子モ」  
ダウンロード  
はこちら