

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
 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	受付時間
8月20日(火)	坂野公民館	午後1時30分～2時
8月23日(金)	保健センター	午前9時30分～10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

健診の種類	該当児	日程
●3～4か月児健診	該当されるお子様には個別通知をします。	9月4日(水)
●9～10か月児健診		9月5日(木)
●1歳6か月児健診		8月27日(火)
●3歳5か月児健診		8月28日(水)

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保健センター内「おひさま」(☎38・7500)まで



ダウンロードはこちら

2種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種のお知らせ

乳幼児期の3種混合または4種混合を接種した方の2期として、1回接種します。接種が終了していない方はお早めにご検討ください。

【対象者】小学6年生～13歳の誕生日の前日までの方

【料金】無料

【予診票をお持ちでない方】

市保健センターで発行しますので、ご連絡ください。



実施医療機関はこちら

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予防等、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
8月5日(月)	和田島公民館	午後1時30分～3時
8月8日(木)	櫛淵公民館	午前10時～11時30分
8月16日(金)	坂野公民館	午前10時～11時30分
9月9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

糖尿病と闘うプロジェクト事業

●糖尿病発見キャンペーン

保健センターで行う健康相談において血糖測定や尿検査等を行い、保健師、管理栄養士が個人に応じた生活改善などの健康相談を行います。



【場所】保健センター

日程	場所	終了時間
8月26日(月)	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てください。

●内臓脂肪撃退運動教室

受講料無料 要予約

【申込開始】8月9日(金)から

【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

定員35名

日程	受付時間	終了時間
9月17日(火)	午後1時10分～1時30分	午後2時45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。

参加希望者は保健センターまでお申し込みください。

※定員になり次第締切

●小松島市地域交流健康講座

受講料無料 要予約

定員50名

「健康寿命を延ばす秘訣! 知っておきたい動脈硬化予防」

【内容】動脈硬化が起こるメカニズム、血管を守る生活のポイント等

【講師】徳島赤十字病院 内科レジデント医師 鈴木 亮 先生

【場所】市保健センター

【申込開始】8月9日(金)から

日程	受付時間	終了時間
9月2日(月)	午後1時～1時30分	午後3時

参加希望者は保健センターまでお申し込みください。

※定員になり次第締切