



中野町3 後藤勇斗くん(一歳)

健康ガイド

申し込みの受け付けはいつでも、申し込み開始日の午前8時30分からです(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)。定員を超えた場合は、次回にお申し込みください。

人間ドックや職場などで受診機会のある人は、対象になりませんのでご了承ください。

また、次の人は検診などが無料になります。申し込み時にお知らせください。①70歳以上の人 ②生活保護を受けている人や市民税非課税世帯の人 ③65～69歳の身障手帳1～3級または療育手帳B1以上または精神障害者保健福祉手帳1・2級を持つ人。

なお、対象者を住所地の地域ごとに分けていますので、お住まいの地域の保健センター事業をご覧ください。各種検診・健康診査を受けてください。詳しくは、各保健センターへ。

健康ガイドの情報は、メール配信サービスで配信しています。登録は、ogaki-magazine@sugumail.com に空メールを送信。



〈大垣地域〉

大垣市保健センター (☎75-2322)

子どもの健康	対 象	日 時	会 場	備 考	料金	申込
4か月児健康診査 BCG接種	平成21年6月1日～10日生まれの子	10/13(火) <受付> 13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票、予防接種予診票	無料	不要
	平成21年6月11日～20日生まれの子	10/14(水) <受付> 13:00～13:30				
	平成21年6月21日～末日生まれの子	10/15(木) <受付> 13:00～13:30				
10か月児健康診査	平成20年11月1日～10日生まれの子	10/1(木) <受付> 13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	平成20年11月11日～20日生まれの子	10/2(金) <受付> 13:00～13:30				
	平成20年11月21日～末日生まれの子	10/5(月) <受付> 13:00～13:30				
1歳6か月児健康診査	平成20年2月1日～10日生まれの子	10/6(火) <受付> 13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	平成20年2月11日～20日生まれの子	10/7(水) <受付> 13:00～13:30				
	平成20年2月21日～末日生まれの子	10/8(木) <受付> 13:00～13:30				
大人の健康						
成人健康診査	18～39歳の人 (今年度中に40歳になる人を除く)	10/21・22・23 <受付> 13:00～13:15、13:30～13:45	保健センター	成人健診 (歯科含む)	500円	9/24～
肝炎ウイルス検診	40歳の人 (4歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない人)	10/21・22・23 <受付> 14:15～14:30		血液検査 (B型・C型)	500円	
前立腺がん検診	50歳以上の男性			血液検査 (PSA)	500円	
マタニティ 歯科健康診査	妊婦	10/21・22・23 <受付> 13:30～13:45		口腔診査、口腔衛生指導	300円	
大腸がん検診	40歳以上の人	10/9・16・23・30 <提出> 9:30～11:00	保健センター	申し込み後に保健センターから採便用検査セットを郵送。提出日に持参	300円	9/17～9/28
		10/7 <提出> 9:30～11:00	南部公民館			
胃がん検診	40歳以上の人	10/9・10・16・23・24・30 <受付> 8:30～10:00	保健センター	検診前日の午後9時以降は絶飲食	500円	9/17～
子宮頸部がん検診	20歳以上の女性	10/9(金) <受付> 13:00～14:00	保健センター	ズボンは不可 (2年に1回の受診でも毎年受診した場合と同様の有効性があります)	500円	9/18～
乳がん検診	35歳以上の女性 (20年度受診者は除く)	10/1・8・15・22・29 <受付> 13:00～13:15、13:30～13:45	市民病院1病棟地下	ワンピースは不可	1,000円	9/18～
		10/7 <受付> 9:15～10:00	南部公民館			

〈上石津地域〉

大垣市上石津保健センター (☎45-2933)

子どもの健康	対 象	日 時	会 場	備 考	料金	申込
4か月児健康診査 BCG接種	平成21年5・6月生まれの子	10/15(木) <受付> 13:30～13:45	上石津保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票、予防接種予診票	無料	不要
10か月児健康診査	平成20年11・12月生まれの子	10/15(木) <受付> 13:00～13:15	上石津保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要

〈墨俣地域〉

大垣市墨俣保健センター (☎62-3112)

子どもの健康	対 象	日 時	会 場	備 考	料金	申込
4か月児健康診査 BCG接種	平成21年5・6月生まれの子	10/9(金) <受付> 13:00～13:15	墨俣保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票、予防接種予診票	無料	不要
10か月児健康診査	平成20年11・12月生まれの子	10/9(金) <受付> 13:30～13:45	墨俣保健センター	【持ち物】母子手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
大人の健康						
大腸がん検診	40歳以上の人	10/26・27・28 <提出> 9:00～10:30	墨俣保健センター	申し込み後に保健センターから採便用検査セットを郵送。提出日に持参	300円	9/24～10/8

保健センターの教室など

すべて無料

全地域 マタニティ教室

*対象/妊娠5～7か月の妊婦
*とき・内容/①10月8日(木)＝妊娠中の栄養、菌の話、貧血予防食の試食 ②10月15日(木)＝お産の話 ③10月22日(木)＝妊娠、出産、育児を楽しむ交流会 いずれも午前9時30分～正午(受付:午前9時15分～)
*ところ/大垣市保健センター
*定員/25人(先着順)
*持ち物/母子手帳、筆記具、エプロン(エプロンは①のみ)
*申し込み/9月18日から大垣市保健センター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

*対象/乳幼児を持つ保護者
*とき/10月7・14・21・28日 いずれも水曜日の午前9時～11時受け付け
*ところ/大垣市保健センター
*持ち物/母子手帳、筆記具
*申し込み/不要(歯科・運動相談は要予約)
詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

大垣地域 つくしっ子講座

*対象/0～1歳児を持つ保護者
*とき/10月9日(金) 午前10時～11時30分(受付:午前9時45分～)
*ところ/中川ふれあいセンター
*内容/子どもを育てる食事を考えよう
*持ち物/母子手帳
*申し込み/不要
詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

大垣・上石津・墨俣地域 健康相談

*日程など/下表のとおり
*内容/生活習慣病予防などに関する相談
*申し込み/不要(医師の相談、

こころの健康相談、一般相談の歯科衛生士・栄養士・理学療法士による相談は要予約)
詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)、上石津保健センター(☎45-2933)、墨俣保健センター(☎62-3112)へ。

対 象(ところ)	と き	内 容
大垣地域 (大垣市保健センター)	10/6(火)【13:30～15:00】	医師の相談
	10/13(火)【9:00～12:00】	こころの健康相談
	10/20(火)【9:00～12:00】	一般相談
上石津地域 (上石津保健センター)	10/6(火)【9:00～11:00】	一般相談
墨俣地域 (墨俣保健センター)	10/27(火)【13:00～15:00】	一般相談

高齢者のインフルエンザ 予防接種のお知らせ

予防接種法に基づく高齢者を対象にした通常のインフルエンザ予防接種は、市が委託した医療機関で、次のとおり期間中に1回受けることができます。なお、今回の予防接種は、新型インフルエンザワクチンではありません。

医療機関の一覧などは、10月の班回覧でお知らせします。

*対象/65歳以上の人、60歳以上65歳未満で心臓や腎臓、呼吸器に重い病気のある人(身障手帳1級に相当)
*接種期間/10月15日～12月20日
*接種料/1,500円
*申し込み/市が委託した医療機関が指定する予約開始日を確認のうえ直接、予防接種を受ける医療機関へ
詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

結核検診を受けましょう

〈結核とは?〉

「結核菌」が肺の中に入ることによって起こる病気です。結核菌は、くしゃみやせきををしたとき、話をしたときに空気中に放出され、浮遊しています。この菌を吸い込むことによって感染します。

〈結核の症状〉
◎2週間以上せきや痰が続く
◎微熱が続く

◎体がだるくなる

◎胸に痛みがある

◎体重が減る

〈早期発見を〉

結核は発見が遅れるほど重症化します。早期発見のため、年に一度は結核検診を受けましょう。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。



高齢者運動教室 体びんびん教室

年をとると筋肉の量が減り、体力・筋力の低下を招いて、膝の痛みや腰痛にもつながります。筋力は年齢に関係なく運動でアップすることができます。皆さんと一緒に楽しく体づくりをしましょう。



*対象/65歳以上の市民(できるだけ毎回参加できる人、循環器疾患で治療中の人は主治医と要相談)
*とき・ところ/下表のとおり。いずれも午前9時30分～正午
*内容/適切な運動に関する講義、ストレッチや筋力をつける運動、体力測定など

*定員/各会場20人(先着順)
*受講料/無料
*持ち物/運動のできる服装、水分、タオル、筆記具、眼鏡(必要な人)
*申し込み/9月16日から電話で、①②は大垣市保健センター(☎75-2322)、③は墨俣保健センター(☎62-3112)へ

会 場	10月	11月	12月	1月	2月	3月
① 大垣市保健センター	13日(火) 27日(火)	10日(火) 24日(火)	8日(火) 22日(火)	12日(火) 26日(火)	9日(火) 23日(火)	9日(火) 23日(火)
② 宇留生地区センター	2日(金) 16日(金)	6日(金) 20日(金)	4日(金) 18日(金)	15日(金) 29日(金)	5日(金) 19日(金)	5日(金) 19日(金)
③ 墨俣保健センター	5日(月) 19日(月)	2日(月) 16日(月)	7日(月) 14日(月)	8日(金) 18日(月)	8日(月) 15日(月)	1日(月) 15日(月)