



上石津町下山 三輪みゆなちゃん(2歳)

健康ガイド

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、t-ogaki@sg-m.jp に空メールを送信。



申し込みの受け付け時間は、午前8時30分からです(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)。

なお、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。

また、次の人は検診などが無料になりますので、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、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。

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利用ください。詳しくは、各保健センターへ。

<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
3歳児健康診査	平成19年8月1日～10日生まれの子	9/28(火) <受付>12:45～13:15	保健センター	【持ち物】 母子健康手帳、筆記具、送付した健康診査票とアンケート、検尿	無料	不要
	平成19年8月11日～20日生まれの子	9/29(水) <受付>12:45～13:15				
	平成19年8月21日～31日生まれの子	9/30(木) <受付>12:45～13:15				
フッ化物塗布	平成21年1月生まれの子(1回目)	9/13(月) <受付>13:00～13:30 13:45～14:15	保健センター	【持ち物】 母子健康手帳、新しい歯ブラシ、コップ、タオル	500円	9/7～
	平成20年7月生まれの子(2回目)					
	平成20年1月生まれの子(3回目)					
	平成19年7月生まれの子(4回目)					
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)	9/21(火)・22(水) <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	9/6～
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査を受けたことがない人)	9/21(火)・22(水) <受付>14:15～14:30	保健センター	血液検査(B型・C型)	500円	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	9/21(火)・22(水) <受付>14:15～14:30	保健センター	血液検査(PSA)	500円	
マタニティ 歯科健康診査	妊婦	9/21(火)・22(水) <受付>13:00～13:15	保健センター	口腔診査、口腔衛生指導	300円	

<上石津地域>

大垣市上石津保健センター (☎45-2933)

大人の健康	対象	日時	会場	備考	料金	申込
大腸がん検診	40歳以上の人	10/8(金) <提出>8:30～10:30	牧田支所	申し込み後、保健センターから探使用検査セットを郵送。検診日に持参	300円	9/2～ 9/17
		10/19(火) <提出>8:30～10:30	いちのせグリーンプラザ			
		10/21(木) <提出>8:30～10:30	牧田支所			
胃がん検診	40歳以上の人	10/8(金) <受付>8:30～10:30	牧田支所	検診前日の午後9時以降は絶飲食	500円	9/2～
		10/19(火) <受付>8:30～10:30	いちのせグリーンプラザ			
		10/21(木) <受付>8:30～10:30	牧田支所			
結核・肺がん検診	(今回の日程表配布地区) 上石津	市は、レントゲン車で市内を巡回し、「結核・肺がん検診」を行っています。詳しくは、各家庭に順次配布している検診日程表をご覧ください。				

9月は「がん征圧月間」

平成20年中の大垣市の全死亡者数1,480人のうち、がんによる死亡者数は421人でおよそ28%を占めています。さらに、およそ2人に1人が一生涯のうちに、がんになるリスクがあるという調査結果も出ています。がんはとても身近な病気なのです。

がんにかからないようにするためには、生活習慣を正すのももちろん、がん検診を受けて早期に発見することが大切です。詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

生活習慣の改善(がん予防8か条)

1. たばこは吸わない
2. お酒はほどほどに
3. 塩分は控えめに
4. 野菜・果物を食べる
5. 熱い食べ物冷ましてから
6. 定期的な運動を
7. 体重管理をしっかりする
8. 肝炎の治療、予防をする

<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
1歳6か月児健康診査	平成21年1・2月生まれの子	9/16(木) <受付>13:00～13:15	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、筆記具、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
3歳児健康診査	平成19年7・8月生まれの子	9/16(木) <受付>13:30～13:45	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、筆記具、送付した健康診査票とアンケート、検尿	無料	不要
フッ化物塗布	平成19年7月～21年2月生まれの子	9/16(木) <受付>13:00～13:45	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、コップ、タオル	500円	9/9～
大人の健康						
結核・肺がん検診	(今回の日程表配布地区) 墨俣	市は、レントゲン車で市内を巡回し、「結核・肺がん検診」を行っています。詳しくは、各家庭に順次配布している検診日程表をご覧ください。				

保健センターの教室など

すべて無料

大垣・上石津地域 つくしっ子講座

*対象/0～1歳児を持つ保護者

*とき/①9月17日(金) 午後1時30分～3時(受付:午後1時15分～) ②9月28日(火) 午前10時～10時30分

*ところ/①中川ふれあいセンター ②上石津保健センター

*内容/①よくある病気と家庭での対応の仕方 ②絵本の読み聞かせ

*持ち物/母子手帳

*問合せ/①大垣市保健センター(☎75-2322) ②上石津保健センター(☎45-2933)へ

り方、コミュニケーションの取り方など

*定員/30家族(先着順)

*申込/9月6日から同センター(☎75-2322)へ

上石津・墨俣地域 乳幼児相談

*対象/乳幼児を持つ保護者

*とき/①9月28日(火) 午前9時～正午(受付:午前11時まで) ②9月15日(水) 午前9時30分～11時30分

*ところ/①上石津保健センター ②墨俣保健センター

*持ち物/母子手帳、筆記具

*問合せ/①上石津保健センター(☎45-2933) ②墨俣保健センター(☎62-3112)へ

全地域 もうすパパママ教室

*対象/妊娠6～8か月の妊婦とその家族

*とき/9月25日(土) 午前9時15分～正午(受付:午前9時～)

*ところ/大垣市保健センター

*内容/赤ちゃんのお風呂の入れ方、ミルクの作

大垣地域 健康講座

*とき/9月21日(火) 午前10時30分～11時30分

*ところ/大垣市保健センター

*内容/元大垣市市民病院院長の松井永二さんによる「高血圧について」と題した講演

*問合せ/同センター(☎75-2322)へ

結核検診を受けましょう

9月24日～30日は結核予防週間

<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、くしゃみやせきをしたとき、話をしたときに空気中に放出され、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。自身の健康のため、ま

市民公開講座 肺の健康

▷とき/9月15日(水) 午後2時～3時

▷ところ/大垣市市民病院 管理棟5階 講堂

▷内容/同病院呼吸器科の進藤部長による「肺を健康に保つ秘訣」と題した講演

▷その他/駐車場は、市民病院南駐車場をご利用ください。会場の受付で、駐車券と引き換えに無料駐車券をお渡します

▷問合せ/同病院診療検査科(☎81-3341 内線1391)へ



新型インフルエンザ予防接種 還付手続きはお済みですか?

市が平成21年12月から行ってきた新型インフルエンザ予防接種の接種料全額助成が9月30日までの接種をもって終了します。

自己負担で接種し、まだ還付手続きの済んでいない人は10月29日(金)までに必要書類を保健センターへ提出してください。

<手続きに必要なもの>

- 印鑑(認印)、領収書、接種したことが分かるもの(接種済証・母子手帳など)、振込先の口座が分かるもの
- 詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

街頭献血

*対象/16歳から69歳までの健康な人(65～69歳の方は、60～64歳の間に献血経験が必要)

とき	ところ
9月5日(日) 午前9時30分～正午 午後1時30分～3時	市立西小学校(久瀬川町)
9月9日(木) 午前10時～午後1時 午後2時～4時	アクアウォーク大垣(林町)
9月16日(木) 午前10時～10時45分	上石津農村環境改善サブセンター(上石津町下山)
9月16日(木) 午前11時45分～午後0時30分	上石津地域事務所牧田支所(上石津町牧田)

た、周囲への感染を未然に防ぐためには早期発見が重要です。ぜひ、年に一度は結核検診を受けましょう。

結核・肺がん検診のご案内

*対象/結核検診は65歳以上、肺がん検診は40歳以上の人。喀たん検査は50歳以上で、喫煙指数(1日の本数×喫煙年数)が600以上の人または、40歳以上で6か月以内に血たんのある人

*とき/①9月28日(火) 午後6時30分～7時30分、②10月17日(日) 午前10時～午後3時

*ところ/①大垣市保健センター、②大垣城ホール

*受診料/無料(喀たん検査のみ500円)

*問合せ/同保健センター(☎75-2322)へ

