



室村町2 家崎帆乃香ちゃん(二歳)

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。t-ogaki@sg-m.jp に空メールを送ると、登録できます。



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)

健診・検診名	対象	とき	ところ	備考	料金	申込
4か月児健康診査 BCG接種	平成23年12月1日～10日 生まれの子	4/17(火) <受付> 13:00～13:30	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、予防接種予診票	無料	不要
	平成23年12月11日～20日 生まれの子	4/18(水) <受付> 13:00～13:30				
	平成23年12月21日～31日 生まれの子	4/19(木) <受付> 13:00～13:30				
10か月児健康診査	平成23年5月1日～10日 生まれの子	4/3(火) <受付> 13:00～13:30	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
	平成23年5月11日～20日 生まれの子	4/4(水) <受付> 13:00～13:30				
	平成23年5月21日～31日 生まれの子	4/9(月) <受付> 13:00～13:30				
1歳6か月児健康診査	平成22年9月1日～10日 生まれの子	4/10(火) <受付> 13:00～13:30	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
	平成22年9月11日～20日 生まれの子	4/11(水) <受付> 13:00～13:30				
	平成22年9月21日～30日 生まれの子	4/12(木) <受付> 13:00～13:30				
胃がん検診	40歳以上の人	4/13・14・20・25・27 <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	3/19～
乳がん検診	35歳以上の女性(23年度の受診者は除く) ※妊娠中、授乳中、豊胸手術をしている人はご遠慮ください	4/10・12・17・19・24・26 <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	3/21～

<上石津地域>

上石津保健センター (☎45-2933)

健診・検診名	対象	とき	ところ	備考	料金	申込
4か月児健康診査 BCG接種	平成23年11・12月 生まれの子	4/5(木) <受付> 13:30～13:45	上石津保健センター	【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、予防接種予診票	無料	不要
10か月児健康診査	平成23年5・6月 生まれの子	4/5(木) <受付> 13:00～13:15	上石津保健センター	【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

<墨俣地域>

墨俣保健センター (☎62-3112)

健診・検診名	対象	とき	ところ	備考	料金	申込
4か月児健康診査 BCG接種	平成23年11・12月 生まれの子	4/6(金) <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、予防接種予診票	無料	不要
10か月児健康診査	平成23年5・6月 生まれの子	4/6(金) <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、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要

保健センターの教室など

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/①4月12日=栄養・歯の話 ②4月19日=出産の話 ③4月26日=妊娠・出産・育児を楽しむ交流会 いずれも木曜日の午前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/母子健康手帳、筆記具
 *申込/3月26日から、同センター(☎75-2322)へ



全地域 ぱくぱくキッチン

*対象/2才以上の未就園児とその保護者
 *とき/4月10日(火) 午前10時～11時30分(受付:午前9時45分～)
 *ところ/大垣市保健センター
 *内容/栄養についての話と簡単なおやつ作り
 *持ち物/エプロン、三角巾、

介護予防教室



*とき/3月23日(金) 午後1時30分～3時
 *ところ/中川ふれあいセンター
 *内容/音楽療法④「歌おう!笑おう!楽しもう!」
 *問合せ/中川在宅介護支援センター(☎82-8850)へ

手拭き用タオル、筆記具
 *申込/3月23日から、同センター(☎75-2322)へ

大垣地域 ひよこ学級

*対象/5～6か月児を持つ保護者 ※託児あり
 *とき/4月9日(月) 午前10時～正午(受付:午前9時45分～)
 *ところ/大垣市保健センター
 *内容/離乳食の進め方と試食、育児指導など
 *持ち物/母子健康手帳、筆記具、子ども用スプーン
 *申込/3月23日から、同センター(☎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/4月4・11・18・25日 いずれも水曜日の午前9時～正午(受付:午前11時まで)
 *ところ/大垣市保健センター
 *持ち物/母子健康手帳
 *問合せ/同センター(☎75-2322)へ



後期高齢者医療健康診査

(きふす)ちやか健診 6・7月生まれ分

市は、後期高齢者医療制度に加入している人を対象に、糖尿病など生活習慣病の早期発見や重症化を予防するための健康診査を行っています。

生まれた月ごとに申し込みを受け付けますので、体のチェックをしてみませんか。

- ▷対象/昭和12年8月以前に生まれた人(生活保護受給世帯を除く)または障害認定による後期高齢者医療被保険者で、6・7月生まれの人
- ▷検査項目/問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査(医師が必要と認めた場合は心電図検査も実施)
- ▷受診方法/被保険者証と市から送付する受診票を持って、案内文に記載された医療機関(要予約)へ
- ▷負担金額/500円(医療機関へ支払い)
- ▷診査結果/受診月から約3か月後に市から送付
- ▷申込/3月15日～30日の平日に、電話で窓口サービス課医療給付係(内線486)へ



大垣地域 健康講座

*とき/4月3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/元大垣市民病院院長の松井永二さんによる「老後を楽しく生きるために」と題した講話
 *問合せ/同センター(☎75-2322)へ

全地域 本気でやせたい人の運動教室

▷対象/市内在住の40歳～64歳で肥満傾向にあり、血糖値、中性脂肪、コレステロールのいずれかの値が高い人 ※医師から運動制限されている人は除く
 ▷とき/4月4・11・18・25日、5月2・9・16・23・30日、6月6・13・20・27日(全13回コース) いずれも水曜日の午後1時30分～3時30分



大垣・上石津・墨俣地域 健康相談

*内容/生活習慣病の予防などに関する相談

*申込/「一般相談」のうち、理学療法士・歯科衛生士・栄養士による相談と「こころの健康相談」は、各保健センターへ要予約

とき	内容	ところ・問合せ
4/3(火)・17(火) 9:00～11:00	一般相談	大垣市保健センター ☎75-2322
4/10(火) 9:00～11:00	こころの健康相談	
4/3(火) 9:00～11:00	一般相談	上石津保健センター ☎45-2933
4/24(火) 13:00～15:00	一般相談	墨俣保健センター ☎62-3112

高齢者の体づくり 『体びんびん教室』



市は、高齢者の体づくりをサポートする「体びんびん教室」を開きます。自分に合った運動を見つけ、毎日を健康で楽しく過ごしましょう。

*対象/市内在住の65歳以上で、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)

*ところ/大垣市保健センター
*とき/下表のとおり いずれも金曜日の午前9時30分～正午

4月	5月	6月	7月	8月	9月
6・27日	11・25日	1・15日	6・20日	3・17日	7・21日

*内容/適切な運動に関する講話、ストレッチ、運動、体力測定など

*持ち物/運動のできる服装、タオル、飲み物、筆記具
*申込/3月22日から、同センター(☎75-2322)へ