



横曽根 笠間慎矢くん(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	日時	会場	備考	料金	申込
1歳6か月児健康診査	平成22年10月1日～10日生まれの子	5/21(月) <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10月11日～20日生まれの子	5/22(火) <受付>13:00～13:30				
	平成22年10月21日～31日生まれの子	5/23(水) <受付>13:00～13:30				
3歳児健康診査	平成21年4月1日～10日生まれの子	5/28(月) <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21年4月11日～20日生まれの子	5/29(火) <受付>12:45～13:15				
	平成21年4月21日～30日生まれの子	5/30(水) <受付>12:45～13:15				
フッ化物塗布	平成22年9月生まれの子(1回目)	5/18(金) <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	5/8～
	平成22年3月生まれの子(2回目)					
	平成21年9月生まれの子(3回目)					
	平成21年3月生まれの子(4回目)					

<墨俣地域>

墨俣保健センター (☎62-3112)

健診・検診名	対象	日時	会場	備考	料金	申込
1歳6か月児健康診査	平成22年9・10月生まれの子	5/17(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21年3・4月生まれの子	5/17(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21年3月～22年10月生まれの子	5/17(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	5/8～

子宮がん検診を受けましょう

～ 特定年齢(20・25・30・35・40歳)の人には 無料クーポン券を5月末に発送 ～

がん予防には、正しい生活習慣と定期的な検診が不可欠です。特に子宮がんの場合、検診が非常に有効で、2年に1度、検診を受けることで、がんを早期に発見できると言われています。

市は、子宮がん予防のため、広報などでお知らせする集団検診のほか、委託した医療機関での個別検診も実施しています。個別検診は、5月から8月まで右のとおり行っています。

また、平成24年3月31日現在で20・25・30・35・40歳の女性には、集団検診や個別検診に利用できる無料クーポン券を、5月末に送付します。早期発見のため、いずれかの検診を受けてください。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

<市内医療機関での子宮頸部がん個別検診>

*対象者/市内に住居登録がある20歳以上の女性

*受診期間/5月1日(火)～8月31日(金)

*受診場所/市が委託した市内9の医療機関(市HPに一覧を掲載)

*受診料/頸部のみ500円、頸部および体部1,000円

※体部は問診の結果、医師が必要と認められた人のみ受診できます

※特定年齢の人は無料クーポン券をご利用ください

*受診方法/身分証明となるものを持参し、直接、医療機関へ。

医療機関により検診時間帯が異なりますので、事前に各医療機関にお問い合わせください



保健センターの教室など

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/①5月29日(火) 午前9時～正午(受付:午前11時まで) ②5月16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/母子健康手帳、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 もうすぐパパママ教室

- *対象/妊娠6～8か月の妊婦とその家族
- *とき/5月26日(土) 午前9時15分～正午
- *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/5月7日から、同センター(☎75-2322)へ

◎大垣市総合在宅介護支援センター

「適切な運動」

*とき/①5月2日(水) ②5月9日(水) いずれも午後1時30分～2時30分

*ところ/①墨俣老人福祉センター ②上石津農村環境改善サブセンター

*問合せ/同支援センター(☎77-2255)へ

◎大垣市お勝山在宅介護支援センター

「骨粗しょう症について(講義と調理実習)」

*とき/5月10日(木) 午前10時30分～正午

*ところ/お勝山ふれあいセンター

*定員/16人(先着順)

*参加料/380円(材料費)

*申込/同支援センター(☎71-2252)へ



学んで守る! 自らを 介護予防教室

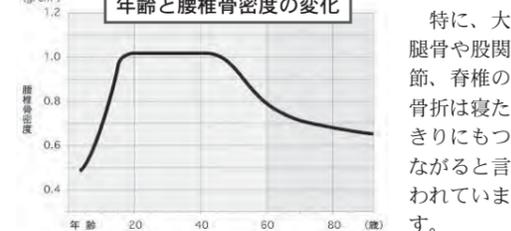
街頭献血

*対象/16歳～69歳の健康な人(65～69歳の人は、60～64歳の間に献血経験が必要)

とき	ところ
5月1日(火)・6日(日) 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時	イオンタウン大垣(三塚町)
5月10日(木) 午前10時～正午、午後1時30分～4時	アクアウォーク大垣(林町)
5月12日(土) 午前9時～正午、午後1時30分～4時	イオンモール大垣(外野)
5月13日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～4時	大垣公園

◎40歳になったら、年に1度は骨密度検査を!

人間の骨密度は、40歳を過ぎた頃から減少し始めます。特に、閉経前後の女性はホルモンの分泌低下で、急激に減少します(下図参照)。骨密度が減少し、若年成人女性の平均値の70%未満となると骨粗しょう症と呼ばれ、転倒や日常生活の動きでも簡単に骨折してしまいます。



特に、大腿骨や股関節、脊椎の骨折は寝たきりにもつながると言われています。

日々の食生活を考え、予防や治療をしっかり行えば骨密度の減少は抑えることができます。40歳になったら、年に1度は検査を受けて、自身の骨密度を知り、骨粗しょう症の予防に努めましょう。

<市内医療機関での骨粗しょう症検診>

*対象者/受診時に市内に住居登録がある40～70歳の女性(特に閉経後の人、過去に婦人科の病気を患ったり、骨折したりしたことがある人)

*受診期間/6月1日(金)～8月31日(金)

*受診場所/市が委託した市内39の医療機関(市HPに一覧を掲載) ※要事前申込

*受診料/500円

*受診申込/5月1日から8月24日の平日に、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



4月2日以降、母子健康手帳発行時にマタニティ歯科健康診査のご案内をお渡ししていますが、それ以前に母子健康手帳を受け取られた人で、健診を希望される人は、大垣市保健センター(☎75-2322)へお問い合わせください。

市民病院



公開講座

- *とき/5月23日(火) 午後2時～3時
- *ところ/大垣市民病院管理棟5階講堂
- *内容/同病院救急室スタッフによる「熱中症を乗りきろう」と題した講演で、その予防法と対策を学ぶ
- *備考/会場受付で、駐車券と引き換えに無料駐車券を配布
- *問合せ/同病院診療検査科(☎81-3341 内線4521)へ

マタニティ歯科健康診査

5月7日(月)から 歯科医療機関での個別健診を開始

妊娠中は、口腔の状態が変化するため、むし歯や歯周病などが起きやすくなります。また、歯周病が進行すると、早産や低出生体重児の出産を引き起こすとも言われています。

これまで、市は保健センターでの集団健診でマタニティ歯科健康診査を行ってきましたが、今年度からより受診しやすくなるよう、市が委託した歯科医療機関での個別健診に切り替えました。

健診では、むし歯やかみ合わせなどの歯の状況や歯肉の炎症、粘膜の異常など口腔に関するチェックを行い、結果に基づき歯科保健指導を行います。なお、当日は健診のみで治療は行いません。

つわりの時期をさけ、安定期(妊娠16～20週くらい)に入り、体調の良いときに早めに歯科健康診査を受けましょう。

<市内歯科医療機関でのマタニティ歯科健康診査>

*対象者/受診時に市内に住居登録がある妊婦 ※受診時に歯科治療中の人は対象外となります

*受診期間/母子健康手帳をお渡しした日から出産までの期間

*受診場所/市が委託した市内66の歯科医療機関(市HPに一覧を掲載) ※要事前予約

*受診料/300円

*持ち物/マタニティ歯科健康診査票、母子健康手帳、健康保険証

*受診方法/希望する歯科医療機関へ、事前に電話予約のうえ受診してください