



新田町 白崎功大くん(一歳)

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。



<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
3歳児健康診査	平成21年10月1日～10日 生まれの子	11/27(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21年10月11日～20日 生まれの子	11/28(水) <受付> 12:45～13:15				
	平成21年10月21日～31日 生まれの子	11/29(木) <受付> 12:45～13:15				
フッ化物塗布	平成23年3月生まれの子 (1回目)	11/16(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	11/5～
	平成22年9月生まれの子 (2回目)					
	平成22年3月生まれの子 (3回目)					
	平成21年9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	とき	ところ	備考	料金	申込
1歳6か月児健康診査	平成23年3・4月生まれの子	11/15(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9・10月生まれの子	11/15(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9月～23年4月生まれの子	11/15(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	11/5～

保健センターの教室など

墨俣・上石津地域 乳幼児相談

- *対象/乳幼児を持つ保護者
- *とき/①11月21日(水) 午前9時30分～11時30分、②11月27日(火) 午前9時～正午(受付:午前11時まで)
- *ところ/①墨俣保健センター

②上石津保健センター

*持ち物/母子健康手帳、筆記具

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



発達とことばの相談会

- *とき/11月25日(日) 午前9時～午後3時
- *ところ/ひまわり学園(木森町)
- *内容/発音が不明瞭、言葉が遅い、集団行動が取れないなど、子どもの発達や聞こえ、言葉に関する相談(1人1時間程度)
- *申込/11月20日までに、同学園(☎78-2498)へ
- *備考/上記の日時以外にも、毎月第2・4火曜日の午後1時から3時まで相談を実施 ※事前予約が必要

市民病院



公開講座

- *とき/11月12日(月) 午後3時～4時
- *ところ/大垣市民病院管理棟5階講堂
- *内容/同病院泌尿器科の宇野医師による「尿路結石症のお話」と題した講演
- *備考/駐車場は、市民病院南駐車場をご利用ください。会場受付で、駐車券と引き換えに無料駐車券をお渡しします
- *問合せ/同病院診療検査科(☎81-3341 内線4521)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
11月8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)
11月10日(土) 午前9時30分～午後4時	アクアウォーク大垣(林町)
11月11日(日) 午前9時～正午 午後1時30分～4時	イオンモール大垣(外野)
11月22日(木) 午後1時30分～2時15分	牧田支所(上石津町牧田)
12月1日(土) 午前9時30分～午後0時30分	小野小学校(小野)

4種混合ワクチン(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ)の接種が11月から始まります

今年11月から、4種混合ワクチン(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ)接種が始まります。以下の点に注意しながら、予約後に医療機関で接種してください(接種は無料)。



- ◆対象/生後3か月から7歳6か月に至るまでの子
- ◆接種回数/4回(初回3回、追加1回)
- ※ただし、次にあてはまる子は、4種混合ワクチンの導入に関わらず、原則として、3種混合ワクチンと単独の不活化ポリオワクチンを接種してください
 - ・生ポリオワクチン1回接種済の子
 - ・単独の不活化ポリオワクチン1回以上接種済の子
 - ・三種混合ワクチン1回以上接種済の子
- ◆接種場所/市が委託した医療機関(要予約) ※医療機関一覧は、市ホームページをご覧ください
- ◆備考/「つくしっ子」の中のジフテリア・百日せき・破傷風、ポリオの予診票は、4種混合ワクチンの接種には使えませんので、各保健センターや医療機関に備え付けの予診票をお使いください
- ◆問合せ/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

介護予防教室



《老人保健施設西濃在宅介護支援センター》

- 『元気で過ごすための体操』
- *とき/11月10日(土) 午後1時30分～3時
- *ところ/老人保健施設西濃西館(藤江町)
- *問合せ/同支援センター(☎73-4007)へ

《お勝山在宅介護支援センター》

- 『元気な身体づくり②』
- *とき/11月13日(火) 午後1時30分～3時
- *ところ/お勝山ふれあいセンター(牧野町)
- *問合せ/同支援センター(☎71-2252)へ

《総合在宅介護支援センター》

- 『栄養の動き・ウエイトコントロール』
- *とき/11月14日(水) 午後1時30分～2時30分
- *ところ/上石津老人福祉センター
- *問合せ/同支援センター(☎78-8181)へ

《くすのき苑》

- 『寝たきりの予防は口からの健康から』
- *とき/11月19日(月) 午後1時30分～2時30分
- *ところ/くすのき苑(多芸島)
- *申込/同施設(☎89-8100)へ

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

男女共同参画社会の実現は、身近なところから生活を見直し、気づき、助け合って変えていくところから始まります。

内閣府は毎年、11月12日から25日までを「女性に対する暴力をなくす運動」の期間としています(11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」)。

女性に対する夫・パートナーからの暴力、性犯罪、セクシャル・ハラスメント、ストーカー行為などは、女性の人権を著しく侵害するもので、許されるものではありません。大垣市男女共同参画推進連絡協議会、市、西濃振興局は、街頭啓発を行い、女性に対する暴力のない社会づくりを進めます。

街頭啓発

- ◆とき/11月17日(土) 午後1時～1時30分
- ◆ところ/大垣城ホール前 大垣駅通り

気軽に健康チェック



健康への関心を高めてもらおうと、「市民の健康広場」が10月14日、大垣城ホールで開かれ、約2,000人の来場者でにぎわいました。今年も、市や保健・福祉・医療関係団体などが計27ブースを出展。レントゲン検査や、血圧・血管年齢測定、歯の健診など、実際に体の状態を知ることができる体験型のブースなどが設けられ、来場者は、気軽に自分の健康をチェックしていました。

11月12日～18日は 全国糖尿病週間

糖尿病にご用心!!

生活習慣病の中でも、近年、急激に増加している糖尿病。国は、11月12日～18日までを「全国糖尿病週間」とし、全国一斉に糖尿病予防の啓発活動を行っています。

糖尿病の初期は、自覚症状がないのが特徴。頻尿や手足のしびれなどの症状が出る頃には既に進行していることが多く、失明や透析だけでなく、脳梗塞や心筋梗塞などの合併症を引き起こす恐ろしい病気です。

◎自己管理と検診で糖尿病を予防!

糖尿病予防は、肥満を防ぐことがポイントです。過食や脂肪の過剰摂取を控え、適度な運動を心がけましょう。また、年に1度は検診を受け、体の状態を把握することも大切です。

なお、大垣市保健センターでは、糖尿病予防教室を年4回、実践コースを年2回開いていますので、ぜひご参加ください。

11月の健康講座

心の疲れとうつ病について勉強する「こころの健康講座」が開かれます。一人で悩まず、大切な自分と家族、仲間を守るために勉強してみませんか。

- ◆とき/11月30日(金) 午後1時30分～3時30分
- ◆ところ/ソフトピアジャパンセンタービル1階セミナーホール
- ◆内容/医師による「うつ病の理解と対応の仕方について」と題した講演
- ◆申込/11月22日までに、西濃保健所健康増進課(☎73-1111 内線275)へ

一人で悩まず電話してください 「女性の人権ホットライン」

岐阜地方検察庁は、女性の人権を守るための相談電話「女性の人権ホットライン」を開設します。夫・パートナーからの暴力や職場などにおけるセクシャル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性をめぐる人権相談に人権擁護委員(主に女性委員)や法務局職員が電話で応じます。秘密は厳守されますので、お気軽にご利用ください。

《女性の人権ホットライン(☎0570-070-810)》

- 開設期間 11月12日(月)～18日(日)
- 相談時間 月～金曜日 午前8時30分～午後7時
土・日曜日 午前10時～午後5時