



墨俣町二ツ木 松浦成孝くん(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	とき	ところ	備考	料金	申込
4か月児健康診査BCG接種	平成24年10月1日～10日生まれの子	2/12(火) <受付>13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、「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24年10月11日～20日生まれの子	2/13(水) <受付>13:00～13:30				
	平成24年10月21日～31日生まれの子	2/14(木) <受付>13:00～13:30				
10か月児健康診査	平成24年3月1日～10日生まれの子	2/4(月) <受付>13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	平成24年3月11日～20日生まれの子	2/5(火) <受付>13:00～13:30				
	平成24年3月21日～31日生まれの子	2/6(水) <受付>13:00～13:30				
1歳6か月児健康診査	平成23年7月1日～10日生まれの子	2/15(金) <受付>13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	平成23年7月11日～20日生まれの子	2/18(月) <受付>13:00～13:30				
	平成23年7月21日～31日生まれの子	2/19(火) <受付>13:00～13:30				
胃がん検診	40歳以上の人	2/1・8 <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	1/18～
乳がん検診	35歳以上の女性(平成23年度を受診者は除く)	2/5・19・21・26・28 <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。妊娠中、授乳中、豊胸術をしている人はご遠慮ください	1,000円	1/21～

<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24年9・10月生まれの子	2/7(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24年3・4月生まれの子	2/7(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24年9・10月生まれの子	2/8(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24年3・4月生まれの子	2/8(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/①2月7日=栄養や歯の話、フォトフレームの製作 ②2月14日=お産の話 ③2月21日=先輩ママとの交流会 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、フォトフレームの材料、筆記具
*申込/1月25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歳以上の未就園児と保護者
*とき/2月5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/親子でおやつを作る
*持ち物/エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記具

大垣・上石津・墨俣地域 健康相談

*内容/生活習慣病の予防、こころの病などに関する相談

内容	とき ※いずれも火曜日	ところ・問合せ
一般相談	2/5・19 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	2/5 9:00～11:00	上石津保健センター(☎45-2933)
	2/26 13:00～15:00	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談	2/12 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)

大垣地域 ひよこ学級

*申込/1月23日から、同センター(☎75-2322)へ
*対象/5～6か月児を持つ保護者 ※託児あり
*とき/2月4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・試食、育児指導など
*持ち物/母子健康手帳、子ども用スプーン、筆記具
*申込/1月23日から、同センター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

*とき/2月6・13・20・27日 いずれも水曜日の午前9時～正午(受付: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
*申込/歯科・運動についての相談は、同センター(☎75-2322)へ要予約

*申込/「一般相談」の理学療法士・歯科衛生士・栄養士による相談と、「こころの相談」の精神保健福祉士による相談は要予約

子宮頸部がん・乳がん検診 無料クーポン券

市は、昨年6月、子宮頸部がん検診および乳がん検診の無料クーポン券=写真=を下表の年齢(平成24年3月31日現在)の女性に郵送しました。

券はいずれも、2月28日が使用期限です。未使用の人は、早めに券を使って受診してください。

なお、対象者で、券が届いていない人や、転入のため大垣市の券をお持ちでない人(他市町村で券を使用した人は除く)は、大垣市保健センター(☎75-2322)へお問い合わせください。

検診名	対象	検診内容	申込
子宮頸部がん検診	20・25・30・35・40歳の女性	問診、視診、頸部細胞診	不要 ※委託医療機関で受診
乳がん検診	40・45・50・55・60歳の女性	問診、視触診、マンモグラフィ検査	必要 ※大垣市保健センターへ要問合せ

介護予防教室

- 大東在宅介護支援センター 『五感を使ってうどん作り』 *とき/1月24日(木) 午後1時30分～3時
- 大東グループホーム(東前) *問合せ/同センター(☎82-2812)へ
- 特別養護老人ホームバサダ 『音楽で「イキイキ」と』 *とき/1月29日(火) 午後1時30分～2時30分

時30分～2時30分
*ところ/特別養護老人ホームバサダ(北方町)
*申込/同施設(☎78-2984)へ

- 大垣市総合在宅介護支援センター 『ストレスと免疫』 *とき/1月30日(水) 午後1時30分～2時30分
- 墨俣老人福祉センター(墨俣町上宿) *問合せ/同支援センター(☎77-2255)へ

違法ドラッグ

買わない!使わない! かわらない!

最近、店舗やインターネット上で「合法ドラッグ」、「合法ハーブ」、「お香」、「アロマ」などと称して違法ドラッグが販売されているケースがあります。こうした違法ドラッグは、使用すると、意識障害や呼吸困難などを引き起こし、最悪の場合、死に至るケースもあります。また、自分への害だけでなく、異常行動を起こして人に危害を加えてしまう可能性もあります。

違法ドラッグは、麻薬や覚せい剤と同じく恐ろしい物質です。絶対に買わない・使わない・かわらないようにしましょう。

【問合せ】
最寄りの警察署
または保健所へ

あなたにその煙

たばこを吸わない人が、知らないうちにたばこの煙を吸ってしまう「受動喫煙」。たばこの煙には、200種類以上の有害な化学物質が含まれており、さらに、たばこの先から出る煙(副流煙)は、直接たばこから吸い込む煙(主流煙)より有害な物質が多いと言われています。

このように、たばこの煙は喫煙者本人だけでなく、たばこを吸わない周囲の人の健康にも悪影響を与えます。特に、妊婦や乳幼児には配慮が必要です。

妊婦・乳幼児の健康被害

妊婦と乳幼児は、受動喫煙によって、それぞれ次のような深刻な健康被害が出てしまう恐れがあります。

<妊婦が受動喫煙すると…>

- ◆流産・早産の危険が高まる
- ◆胎児の成長が悪化し、低出生体重児となる可能性が高まる
- ◆たばこの臭いで吐き気が増すなど、つわりがひどくなる

<乳幼児が受動喫煙すると…>

- ◆ぜんそく・気管支炎・中耳炎などにかかりやすくなる
- ◆キレイやすく、落ち着いた子になりやすい
- ◆体の発育が悪くなる
- ◆SIDS(乳幼児突然死症候群)を引き起こす恐れがある

大切な人が健康であるために、あなたの心づかいが必要です。

【問合せ】
大垣市保健センター(☎75-2322)