



青町 小松香穂ちゃん(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。



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
1歳6か月児健康診査	平成23年10月1日～10日生まれの子	5/21(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、筆記具	無料	不要
	平成23年10月11日～20日生まれの子	5/22(水) <受付>13:00～13:30				
	平成23年10月21日～31日生まれの子	5/23(木) <受付>13:00～13:30				
3歳児健康診査	平成22年4月1日～10日生まれの子	5/28(火) <受付>12:45～13:15	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、送付する健康診査票、アンケート、検尿、筆記具	無料	不要
	平成22年4月11日～20日生まれの子	5/29(水) <受付>12:45～13:15				
	平成22年4月21日～30日生まれの子	5/30(木) <受付>12:45～13:15				
フッ化物塗布	平成23年9月生まれの子(1回目)	5/27(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	5/8～
	平成23年3月生まれの子(2回目)					
	平成22年9月生まれの子(4回目)					
	平成22年3月生まれの子(4回目)					
胃がん検診	40歳以上の人	6/7・8・12・19・28 <受付>9:00～9:30、10:00～10:30	保健センター	検診前日の午後9時以降は、絶飲食	500円	5/10～
		6/3 <受付>9:15～10:30	綾里地区センター			
		6/10 <受付>9:00～10:30	市民会館			
		6/14 <受付>9:00～10:30	西部研修センター			
		6/27 <受付>9:00～10:30	北部体育館			
大腸がん検診	40歳以上の人	6/7・12・19・28 <提出>9:00～10:30	保健センター	申し込み後に保健センターから採便用検査セットを郵送。提出日に持参	300円	5/10～20
		6/3 <提出>9:15～10:30	綾里地区センター			
		6/10 <提出>9:15～10:30	市民会館			
		6/10 <提出>11:30～12:00	日新地区センター			
		6/14 <提出>9:15～10:30	西部研修センター			
		6/27 <提出>9:15～10:30	北部体育館			
乳がん検診	35歳以上の女性(24年度受診者は除く)	6/10 <受付>9:00～9:30、10:00～10:30 13:00～13:30、14:00～14:30	市民会館	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	5/10～
		6/27 <受付>9:00～9:30、10:00～10:30	北部体育館			

<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9・10月生まれの子	5/16(木) <受付>13:00～13:15	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、健康診査票、筆記具	無料	不要
3歳児健康診査	平成22年3・4月生まれの子	5/16(木) <受付>13:30～13:45	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、送付する健康診査票とアンケート、検尿、筆記具	無料	不要
フッ化物塗布	平成22年3月～23年10月生まれの子	5/16(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	5/7～

骨粗しょう症検診のお知らせ

●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。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を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、骨粗しょう症の予防に努めるようにしましょう。



<市内医療機関での骨粗しょう症検診>

●対象/受診時に市内に住民登録がある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(土)～8月31日(土)
●受診場所/市が委託している市内の41医療機関(市HPに一覧を掲載) ※要事前申込
●受診料/500円
●申込/5月1日～8月23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

受診してみませんか メタボ歯科健診

歯周病は、メタボリックシンドロームなどの全身の病気につながります。歯を守るために検診を受け、自分の口の状態を知ることから始めてみましょう。
●対象/市内在住の40歳以上の人
●受診期間/5月1日～平成26年2月28日

●受診場所/市が委託している西濃圏域の79歯科医療機関(市HPに一覧を掲載)
●内容/口腔内検査、歯周病検査、口腔衛生指導
●受診料/300円
●持ち物/保険証、特定健診の結果表(受診者のみ)
●申込/受診前に直接、市が委託した歯科医療機関へ
●問合せ/大垣市保健センター(☎75-2322)へ

インフルエンザ にご注意ください

インフルエンザの流行拡大のピークは過ぎましたが、依然として、手洗いやマスクの着用などの予防が必要です。また、中国では鳥インフルエンザの感染例も報告されています。中国に渡航される場合は、今後の情報に十分注意しましょう。インフルエンザ予防について詳しくは、厚生労働省のホームページなどをご覧ください。



子宮がん検診を 受けましょう

●市内医療機関での子宮がん個別検診
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5月から8月まで個別検診も実施しています。

●対象/市内に住民登録がある20歳以上の女性
●受診期間/5月1日(水)～8月31日(土)
●受診場所/市が委託した市内の9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/住所・生年月日の分かる身分証明書を持参し、直接、医療機関へ。医療機関により検診時間が異なりますので、事前に各医療機関にお問い合わせください



<特定年齢の人には無料クーポン券を発送>

平成25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。

国際助産師の日記念イベント

●とき/5月18日(土) 午後2時～4時
●ところ/大垣市民病院1病棟3階ママサポートルーム
●内容/妊婦体験、ツボ療法、胎児の心臓の音を聞く、ベビーマッサージ講座など
●備考/駐車券と引き換えに無料駐車券を配布
●問合せ/同病院産婦人科(☎81-3341 内線2231)へ



街頭献血

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

とき	ところ
5/6(月・祝)	9:00～12:00、13:30～16:00 イオンモール大垣(外野)
5/9(木)	10:00～12:00、13:30～16:00 アクアアーク大垣(林町)
5/12(日)	10:00～12:00、13:30～16:00 大垣公園
5/19(日)	10:00～14:00 大垣徳洲会病院(林町)
5/22(水)	9:30～11:20、12:20～16:30 岐阜経済大学(北方町)
5/25(土)	9:30～12:00、13:30～16:30 イオンタウン大垣(三塚町)
5/30(木)	9:30～11:20、12:20～16:30 岐阜経済大学(北方町)

介護 予防 教室



とき	ところ	テーマ	申込	主催・問合せ
5/7(火) 13:30～15:00	サンヴェール大垣(東町)	健康いきいき体操①～転倒予防	不要	介護老人福祉施設 サンヴェール大垣 ☎81-2215
5/8(水) 13:30～14:30	上石津農村環境改善センター(上石津町下山)	適切な運動	不要	大垣市総合在宅介護支援センター ☎77-2255
5/9(木) 10:30～12:00	お勝山ふれあいセンター(牧野町)	食生活の改善で高血圧を予防しよう(定員16人・先着順・要330円)	要	お勝山在宅介護支援センター ☎71-2252
5/12(日) 10:00～11:30	介護老人福祉施設 清心苑(矢道町)	老人の健康管理	要	介護老人福祉施設 清心苑 ☎93-0510
5/17(金) 10:30～11:30	総合福祉会館(馬場町)	適切な運動	要	大垣市総合在宅介護支援センター ☎77-2255
5/17(金) 13:30～14:30	総合福祉会館(馬場町)	適切な運動	要	大垣市総合在宅介護支援センター ☎77-2255