



墨俣町上宿 今井ひめのちゃん(二歳)

健康ガイド

健康ガイドの情報は、Eメールでも配信しています。右のQRコードから、ご登録ください。



申し込みの受け付けは、平日の午前8時30分～午後5時15分です。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。

<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	持ち物・備考	料金	申込
4か月児健康診査	平成25年6月 1日～10日生まれの子	10/11(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、筆記具	無料	不要
	11日～20日生まれの子	10/15(火) <受付>13:00～13:30				
	21日～30日生まれの子	10/16(水) <受付>13:00～13:30				
10か月児健康診査	平成24年11月 1日～10日生まれの子	10/1(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
	11日～20日生まれの子	10/2(水) <受付>13:00～13:30				
	21日～30日生まれの子	10/3(木) <受付>13:00～13:30				
1歳6か月児健康診査	平成24年3月 1日～10日生まれの子	10/8(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
	11日～20日生まれの子	10/9(水) <受付>13:00～13:30				
	21日～31日生まれの子	10/10(木) <受付>13:00～13:30				
乳がん検診	35歳以上の女性 (平成24年度を受診者は除く)	10/8・10・16・17・22・24・30・31 <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、授乳後6か月未満、豊胸手術をしている人はご遠慮ください	1,000円	9/18～
子宮頸部がん検診	20歳以上の女性	10/4・17 <受付>13:00～14:00	保健センター	ズボン不可。隔年でも毎年受診と同様の有効性あり	500円	9/18～
結核・肺がん検診	≪今回の日程表配布地区≫ 宇留生・荒崎・青墓・赤坂・西・南杭瀬		市は、レントゲン車で市内を巡回し、「結核・肺がん検診」を行っています。詳しくは、各家庭に順次配布している検診日程表をご覧ください。			

<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	持ち物・備考	料金	申込
4か月児健康診査	平成25年5・6月生まれの子	10/17(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、「つくしっ子」の中の健康診査票、筆記具	無料	不要
10か月児健康診査	平成24年11・12月生まれの子	10/17(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、「つくしっ子」の中の健康診査票、筆記具	無料	不要
胃がん検診	40歳以上の人	11/7・11 <受付>8:30～10:30	上石津保健センター	検診前日の午後9時以降は、絶飲食	500円	9/17～
大腸がん検診	40歳以上の人	11/7・11 <受付>8:30～10:30	上石津保健センター	申込後に郵送する採便用検査セットを持参	300円	9/17～10/17

<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	持ち物・備考	料金	申込
4か月児健康診査	平成25年5・6月生まれの子	10/4(金) <受付>13:00～13:15	墨俣保健センター	【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
10か月児健康診査	平成24年11・12月生まれの子	10/4(金) <受付>13:30～13:45	墨俣保健センター	【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

指定された健診日に体調・都合などが悪い場合は、各保健センターへご連絡ください

おわびと訂正

本紙9月1日号の10面に掲載しました「フッ化物塗布(大垣地域)」の対象に誤りがありました。おわびして訂正します。

誤 平成23年1・7月生まれの子 平成24年1・7月生まれの子 → 正 平成22年7月生まれの子 平成23年1・7月生まれの子 平成24年1月生まれの子

保健センターの教室など

全地域 ひよこ学級

離乳食<前期>
*対象/5～6か月児を持つ保護者
*とき/①10月7日(月) 午前10時～正午(受付:午前9時45分～) ②10月3日(木) 午前10時～11時(受付:午前9時30分～)
*ところ/①大垣市保健センター ②上石津保健センター
*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、筆記具
*申込/①9月



全地域 ばくばくキッチン

19日から、大垣市保健センター(☎75-2322)へ ②9月17日から、上石津保健センター(☎45-2933)へ
*対象/2歳以上の未就園児と保護者
*とき/10月8日(火) 午前9時45分～11時(受付:午前9時30分～)
*ところ/大垣市保健センター
*内容/簡単なおやつ作り
*持ち物/エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記具
*申込/9月19日から、同センター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

2322)へ要予約
*とき/10月2・9・16・23・30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、筆記具
*申込/歯科・運動についての相談は、同センター(☎75-

大垣地域 健康講座

*とき/10月1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「不眠について」と題した講話
*問合せ/同センター(☎75-2322)へ

大垣・上石津・墨俣地域 健康相談

法士・歯科衛生士・栄養士による相談と、「こころの健康相談」の精神保健福祉士による相談は要予約
*内容/生活習慣病の予防やこころの病などに関する相談
*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、「こころの健康相談」の精神保健福祉士による相談は要予約



内容	とき	ところ・問合せ
一般相談	10/1(火)・15(火) 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	10/15(火) 9:00～11:00	上石津保健センター(☎45-2933)
	10/22(火) 13:00～15:00	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの健康相談	10/8(火) 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	10/25(金) 9:00～11:00	子育て総合支援センター ※予約は、大垣市保健センターへ

9/24～30は 結核予防週間

結核は過去の病気だと思われがちですが、日本では現在でも、毎年2,000人以上が亡くなっている恐い病気です。ただし、早期に発見できれば、治療は短期間で済みます。周囲の人への感染を防ぐためにも、右のような症状がある場合などは、早めに検診を受けましょう。

- <結核の主な症状>
- せき・たんが2週間以上続く
 - 胸に痛みがある
 - 体重の減少が続く
 - 微熱が続く
 - 体がだるい

結核・肺がん検診のご案内

～日曜日・夜間に実施～
*対象/【結核検診】65歳以上の人 【肺がん検診】40歳以上の人 【喀たん検診】50歳以上で禁煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の人または、40歳以上で6か月以内に血たんのあった人
*とき/①10月4日(金) 午後6時30分～7時30分 ②10月20日(日) 午前10時～午後3時
*ところ/①大垣市保健センター ②大垣城ホール ※「市民の健康広場」会場内で実施
*受診料/無料(喀たん検診のみ500円)
*問合せ/同センター(☎75-2322)へ



学んで守る! 自らを 介護予防教室



◎市総合在宅介護支援センター(☎77-2255)
*とき/9月25日(水) 午後1時30分～2時30分
*ところ/墨俣老人福祉センター(墨俣町上宿)
*内容/筋力・柔軟性を高める方法
◎市中川在宅介護支援センター(☎82-8850)
*とき/9月27日(金) 午後1時30分～3時
*ところ/中川ふれあいセンター(中川町)
*内容/自力整体をしよう②
◎友和苑在宅介護支援センター(☎88-2522)
*とき/9月28日(土) 午後1時30分～3時
*ところ/友和苑(入方)
*内容/転倒予防～寝たきりにならないために～
◎市総合在宅介護支援センター
*とき/10月4日(金) 午前10時30分～11時30分
*ところ/総合福祉会館(馬場町)
*内容/転倒のしくみ
*申込/同センター(☎77-2255)へ

街頭献血にご協力を!!

*対象/16歳から69歳までの健康な人(65歳以上の人には、60～64歳の間に献血経験が必要)

とき	ところ ※印は400ml/限定
9/20(金) 9:00～12:00, 13:30～16:00	大垣警察署(江崎町)
9/22(日) 9:00～12:00, 13:30～16:00	イオンモール大垣(外野)※
9/23(月・祝) 9:30～12:00, 13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)

法律とこころの健康のための相談会

多重債務、解雇、生活苦、病気などが原因で「うつ病」や「自殺」に追い込まれることがあります。弁護士や臨床心理士などの専門家に相談することで、負担を軽くすることができるかもしれません。県西濃保健所は、次のとおり相談会を開催します。お気軽にご利用ください。

*とき/10月16日(水)、12月6日(金) いずれも午後1時30分～4時30分
*ところ/西濃総合庁舎
*内容/弁護士による「法律相談」、臨床心理士による「心の健康相談」
*定員/各4人(先着順・1人40分程度)
*申込/県西濃保健所健康増進課保健予防係(☎73-1111 内線275)へ

アルコール依存 相談

*対象/アルコール依存に悩む本人や家族
*とき/10月2日、11月6日、12月4日 いずれも水曜日の午後7時～9時
*ところ/総合福祉会館
*内容/アルコール依存に関する相談
*問合せ/県精神保健福祉センター(☎058-273-1111 内線2252)へ