



西脇 大翔くん(1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、次の人は一部の検診を除き、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	備考	料金	申込
子ども	10か月児健康診査	平成27年5月1日～10日生まれの子	4/5(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	無料	不要
		平成27年5月11日～20日生まれの子	4/6(水) <受付> 13:00～13:30				
		平成27年5月21日～31日生まれの子	4/7(木) <受付> 13:00～13:30				
	1歳6か月児健康診査	平成26年9月1日～10日生まれの子	4/12(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	無料	不要
		平成26年9月11日～20日生まれの子	4/13(水) <受付> 13:00～13:30				
		平成26年9月21日～30日生まれの子	4/14(木) <受付> 13:00～13:30				
大人	乳がん検診	35歳以上の女性(平成27年度に受診した人は除く)	4/12(火)・14(木)・20(水)・26(火)・28(木) <受付> 13:00、13:30 4/5以降の日・火・水・木・金・土曜日(日・木曜日は午前のみ) <受付> 9:00～12:00、15:30～18:30	市民病院1病棟地下 市川外科(南若森町)	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	3/18～

※市川外科への予約は直接、同外科 (☎75-5078) へ

〈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
子ども	4か月児健康診査	平成27年11・12月生まれの子	4/8(金) <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	無料	不要
	10か月児健康診査	平成27年5・6月生まれの子	4/8(金) <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	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
子ども	4か月児健康診査	平成27年11・12月生まれの子	4/15(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	無料	不要
	10か月児健康診査	平成27年5・6月生まれの子	4/15(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	無料	不要

本気でやせたい人の運動教室

40歳以上の男性2人に1人、女性5人に1人がメタボリックシンドローム予備軍といわれています。予防のためには、運動・食事などの生活習慣を改善し内臓脂肪を減らすことが重要です。この機会に、ご自身の健康を見直しませんか。

- ◆対象/市内在住の40～64歳で、肥満傾向があり、血糖値・中性脂肪・コレステロールのいずれかの値が高い人
- ◆とき/4月6日～6月29日 <全12回> いず

れも水曜日の午後1時15分～3時30分

- ◆ところ/子育て総合支援センター
- ◆内容/内臓脂肪燃焼の運動方法に関する講義や、ストレッチ、リズム体操、体組成測定など
- ◆持ち物/運動服、上履きの運動靴、座布団、タオル、飲み物
- ◆定員/20人(先着順)
- ◆申込/3月17日から、大垣市保健センター (☎75-2322) へ

