



瀬谷 風弥くん(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。



次の人は、一部を除いて検(健)診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(実施月の1日の年齢)
 - ②65歳以上70歳未満(実施月の1日の年齢)で、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
 - ③生活保護世帯や中国残留邦人および市民税非課税世帯の人 ※身分証明書と印鑑を持参の上、受診日の前日までに保健センターで手続きが必要
- がん検診にお越しの際は、健康保険証をご持参ください。自覚症状のある人は、早めに医療機関の受診をお勧めします
- 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

<大垣地域>

※申込の受付時間は8:30~17:15

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
10か月児健康診査	令和3年1月生まれの子	12/1(水) <受付> 13:00~13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票 ※健診日時は、送付するご案内ハガキで確認してください。	無料	不要
		12/2(木) <受付> 13:00~13:30				
		12/3(金) <受付> 13:00~13:30				
1歳6か月児健康診査	令和2年5月 1日~10日生まれの子 11日~20日生まれの子 21日~31日生まれの子	12/7(火) <受付> 13:00~13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票 ※約2時間かかります	無料	不要
		12/8(水) <受付> 13:00~13:30				
		12/9(木) <受付> 13:00~13:30				
フッ化物塗布	平成30年10月生まれの子、平成31年4月生まれの子、令和元年10月生まれの子、令和2年4月生まれの子	12/6(月) <受付> 13:00~13:15 <受付> 13:30~13:45	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、タオル、コップ	500円	11/17~

<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	令和3年7・8月生まれの子	12/13(月) <受付> 13:00~13:15	上石津保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「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	令和3年1・2月生まれの子	12/13(月) <受付> 13:30~13:45				

<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	令和3年7・8月生まれの子	12/10(金) <受付> 13:00~13:15	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「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	令和3年1・2月生まれの子	12/10(金) <受付> 13:30~13:45				

ウェブシステムでは、1月以降の今年度分の検(健)診が予約可能です。予約可能な日程等については、システム画面をご確認ください。



検診予約 QRコード

インフルエンザ

インフルエンザは毎年12月から3月に流行し、感染力が非常に強いいため高齢者や乳幼児、免疫力が低下している人は重症化しやすい傾向にあり、注意が必要です。

新型コロナウイルス感染症をはじめ、同時期に複数の感染症が流行することがあるため、予防対策は万全にして、感染拡大の防止を心がけましょう。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

<インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の違い>

	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
感染経路	飛沫感染・接触感染	飛沫感染・接触感染
潜伏期間	1~2日	1~14日(平均5日前後)
特徴的な症状	高熱 関節痛・筋肉痛	味覚・嗅覚異常を伴うことがある
主な症状	発熱、頭痛、全身の倦怠感、喉の痛み、鼻汁、咳	

かからない・うつさないために

インフルエンザを予防するための3原則、「感染経路を断つ」、「抵抗力をつける」、「免疫をつける」を実践しましょう。

①感染経路を断つ

- ・帰宅後の手洗いや、アルコール製剤による手指衛生を徹底する
- ・こまめに部屋を換気する
- ・室内では、加湿器などを使って適度な湿度(50~60%)を保つ
- ・外出時はマスクをつける
- ・できるだけ人混みを避ける



②抵抗力をつける

- ・バランスのよい食事と睡眠を十分とる
- ・適度な運動を心がける

③免疫をつける

- ・予防接種を受ける

※予防接種には重症化を抑える効果がありますが、発症しないわけではありません

発熱などの症状があったら

- ◆外出を避け、まずはかかりつけ医などの身近な医療機関に電話で相談する
- ◆かかりつけ医が無い場合や、相談先に迷う場合などは、西濃保健所に設置されている「受診・相談センター(☎73-1111)」または市民病院に設置されている「電話相談体制整備医療機関(☎77-0783)」に相談する
- ◆相談先の案内(自院への受診案内または他の医療機関を紹介など)に従って受診する

