



田中 煉くん(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等支援給付受給世帯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)

健診名検診	対象	とき	ところ	備考	料金	申込
子ども 4か月児健康診査	令和4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	9 / 27(火) <受付> 13:00~13:55	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
		9 / 28(水) <受付> 13:00~13:55				
		9 / 29(木) <受付> 13:00~13:55				
子ども 3歳児健康診査	令和元年8月生まれの子	9 / 20(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とアンケート、検尿 ※健康診査票と同封の「3歳児健診のお知らせ」に記載の日時で受診してください	無料	不要
		9 / 21(水) <受付> 12:45~13:15				
		9 / 22(木) <受付> 12:45~13:15				
大人 大腸がん検診	40歳以上の人	10 / 14(金)・24(月) <受付> 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検査セットを郵送。提出日に持参	300円	9/2~12
		10 / 16(日) <受付> 9:00~11:00	市役所1階			
		10 / 26(水) <受付> 9:00~10:00	江東地区センター			
		10 / 27(木) <受付> 9:00~10:00	和合地区センター			
	40歳以上の女性	10 / 4(火) <受付> 9:00~10:30	サンワーク大垣			
		10 / 31(月) <受付> 9:00~10:30	武道館			
胃がん検診	50歳以上の人	~令和5年2月28日(火) ※詳しくは、岐阜健康管理センターへ	大垣健診プラザ(大井)	【申込、問合せ先】岐阜健康管理センター(☎0574-66-1230 土・日曜日、祝日を除く9:00~17:00)へ。	800円	随時
		50歳以上の女性	10 / 4(火) <受付> 9:00~10:30			
	10 / 31(月) <受付> 9:00~10:30		武道館			
結核・肺がん検診	結核検診:65歳以上の人 肺がん検診:40歳以上の人	9 / 26(月) <受付> 9:00~12:00	総合体育館	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。		
		10 / 16(日) <受付> 9:00~12:00	市役所1階			
乳がん検診	35歳以上の女性(令和3年度に受診した人は除く)	10 / 4(火) <受付> 9:00~10:30	サンワーク大垣	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、医療機器が前胸部に入っている人はご遠慮ください ※市川外科(託児有)への予約は直接、同外科(☎74-7065、75-5078)へ。月~土の診療時間内に電話 ※なわ医院・乳腺クリニックへの予約は、直接同医院(☎74-0170)へ。月~土の診療時間内に電話	1,000円	9/2~
		10 / 31(月) <受付> 9:00~10:30	武道館			9/2~
		10 / 12(水)・24(月)・28(金) <受付> 13:00、13:30	市民病院1病棟地下			9/5~
		10 / 4(火)・6(木)・11(火)・13(木)・18(火)・20(木)・25(火) <受付> 13:30、14:00	大垣徳洲会病院			随時
		月・火・水・金・土(祝日を除く。火曜日は午前のみ) <受付> 9:30~11:30、15:00~17:30(土曜日は9:30~11:30、13:30~15:30)	市川外科(南若森町)			随時
		月・火・水・木・金・土(祝日を除く。木曜日・土曜日は午前のみ) <受付> 9:00~12:00、16:00~19:00	なわ医院・乳腺クリニック(開発町)			随時
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	10 / 4(火) <受付> 9:00~10:30	サンワーク大垣	スカート着用。生理中は不可。隔年でも毎年受診と同様の有効性あり	800円	9/2~
		10 / 31(月) <受付> 9:00~10:30	武道館			

## 本気でやせたい人の プチ運動教室

40歳以上では、男性の2人に1人、女性の5人に1人がメタボリックシンドローム予備群といわれています。予防のためには、運動・食事などの生活習慣を改善し余分な脂肪を減らすことが重要です。

- ◆対象/市内在住の40~64歳で、BMIが24.0以上の人 ※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
- ◆とき/10月5日~12月21日<全12回>いずれも水曜日の午後1時30分~3時30分
- ◆ところ/サンワーク大垣

◆内容/減量・脂肪燃焼に適切な運動・食事方法に関する講義、息が上がる程度の運動指導、体組成測定など

◆定員/16人(先着順)

◆持ち物/ヨガマット、タオル、上履きの運動靴、飲み物

◆備考/マスクを着用のうえ運動できる服装で参加

◆申込/9月2日から、大垣市保健センター(☎75-2322)へ

