



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、一部を除いて健(検)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
※健(検)診の当日は、手帳をご持参ください

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マイナンバーカードなど本人確認ができるものをご持参ください

■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

■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

<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
子ども	10 か月児健康診査	令和6年10月生まれの子	9 / 2 (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 ※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 / 3 (水) <受付> 13:00～13:30				
			9 / 4 (木) <受付> 13:00～13:30				
	1 歳 6 か月児健康診査	令和6年2月生まれの子	9 / 9 (火) <受付> 12:50～13:20				
			9 / 10(水) <受付> 12:50～13:20				
			9 / 11(木) <受付> 12:50～13:20				
	フッ化物塗布	令和4年7月、令和5年1・7月、令和6年1月生まれの子	9 / 8 (月) <受付> 13:00～13:15 <受付> 13:30～13:45		【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、タオル、コップ		8/15～

<墨俣地域>

	健診・検診名	対 象	と き	ところ	備 考	料金	申込
子ども	1 歳 6 か月児健康診査	令和6年1・2月生まれの子	9 / 19(金) <受付> 13:30～13:45	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
	3歳児健康診査	令和4年7・8月生まれの子	9 / 19(金) <受付> 13:00～13:15		【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		

全地域

ひよこ学級

離乳食<初期>

▶対象／5～6か月児の保護者

▶とき／9月1日(月)
午前10時～11時45分
(受付：午前9時50分～)

▶ところ／大垣市保健センター

▶内容／離乳食(初期)の進め方と試食、事故予防の話など

▶定員／30人(先着順)

▶持ち物／母子健康手帳

▶申込／8月18日から、同センター（☎75-2322）へ

全地域

ひよこステップ学級

離乳食<中期～後期>

▶対象／7～11か月児の保護者

▶とき／9月12日(金)
午前10時～10時45分
(受付：午前9時50分～)

▶ところ／大垣市保健センター

▶内容／離乳食(中期～後期)の進め方、歯科指導

▶定員／30人(先着順)

▶持ち物／母子健康手帳

▶申込／8月18日から、同センター（☎75-2322）へ

全地域

ぱくぱくキッチン

▶対象／2歳以上の未就学児と保護者

▶とき／9月2日(火)
午前9時30分～11時
(受付：午前9時15分～)

▶ところ／大垣市保健センター

▶受講料／受講料200円

▶内容／親子で野菜を使った簡単なおやつを作る

▶定員／12組(先着順)

▶持ち物／エプロン、三角巾、手拭き用タオル、飲み物

▶申込／8月18日から、同センター（☎75-2322）へ

大垣地域

乳幼児相談

▶とき／9月3・10・17・24日
いずれも水曜日の午前9時～11時

▶ところ／大垣市保健センター

▶内容／育児や発育などの相談

▶持ち物／母子健康手帳

▶申込／8月18日から、同センター（☎75-2322）へ

大垣・上石津・墨俣地域

健康相談

▶とき／下表のとおり
いずれも午前9時～11時

内 容	と き	ところ・問合せ
一般相談 保健師・管理栄養士・歯科衛生士・理学療法士による相談	9 / 2 (火)・16(火)	大垣市保健センター（☎75-2322）
	9 / 16(火)	上石津保健センター（☎45-2933）
	9 / 11(木)	墨俣保健センター（☎62-3112）
こころの相談 保健師による相談	9 / 9 (火)	大垣市保健センター（☎75-2322）

- ▶内容／生活習慣病の予防、こころの病などに関する相談

▶申込／8月18日から、各保健センターへ

O157に注意しましょう

O157は病原性大腸菌の1つで、感染すると2～14日間の潜伏期間の後、下痢・発熱・腹痛を起こし、重症の場合、血便・尿毒症・意識障害を起こすこともあります。
感染力と毒性が強く、子どもや高齢者、免疫力が低下している人は、特に注意が必要です。次のポイントに気をつけて、予防を心がけましょう。
詳しくは、大垣市保健センター（☎75-2322）へ。

家庭でできる予防対策

①手をよく洗い、消毒する／調理前とトイレ後は念入りに手洗いする

②十分な加熱調理をする／調理の際は食品の中心まで加熱する

③食品は作り置きしない（菌を増やさない）／調理後は早めに食べ切る

④菌を付けない・持ち込まない／調理器具を使用目的別に使い分ける

⑤調理器具は清潔に保つ／使用後の調理器具はよく洗い、乾燥させる