

## 特定健診会場 (高山市国保)

### 高山地域

健診日	健診会場
6月4日 水	松之木公民館 (松之木町)
6月5日 木	
6月6日 金	
6月11日 水	市民文化会館 (昭和町1)
6月12日 木	
6月13日 金	
6月16日 月	高山別院 (鉄砲町)
6月17日 火	
6月18日 水	
6月19日 木	
6月20日 金	市民文化会館 (昭和町1)
6月23日 月	
6月24日 火	
6月25日 水	
6月26日 木	

### 荘川地域

健診日	健診会場
6月9日 月	荘川体育館 (黒谷)
6月10日 火	●六廐公民館 (六廐)

### 一之宮地域

健診日	健診会場
6月2日 月	一之宮保健センター (一之宮町)
6月3日 火	

### 久々野地域

健診日	健診会場
6月17日 火	久々野公民館 (久々野)
6月18日 水	
6月30日 月	久々野支所 (無数河)

### 国府地域

健診日	健診会場
6月12日 木	金桶集会所 (金桶)
6月13日 金	

### 上宝・奥飛騨温泉郷地域

健診日	健診会場
6月11日 水	平湯公民館 (奥飛騨温泉郷平湯)
6月27日 金	蔵柱公民館 (上宝町蔵柱)

## 6月のこころの健康相談

※予約が必要です。  
(相談は無料で、秘密は厳守します)

内容	相談日	場所	時間	予約・問合せ先
精神科医師による相談	11日(水)	市保健センター	13:30~15:00	飛騨保健所 ☎33-1111 (内311)
	18日(水)	一之宮保健センター		
精神保健福祉士による相談	24日(火)	市保健センター	13:30~15:00	健康推進課 ☎35-3160 (※)

※6月20日(金)までにご予約ください。

精神保健福祉士の相談では、こころの健康を目的とした、家庭や職場での人間関係の悩みも伺います。話すだけでも気持ちは軽くなります。「病院に行くのは気がひける」「話を聞いてほしい」という方、遠慮せずご相談ください。  
電話による相談も可能です。

## 歯とお口の健康チェックしましょう

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。市では、6月から12月までの間、今年度中に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる市民の方を対象に、歯とお口の状況を検査する「歯周疾患検診」を行います。

ぜひこの機会にお申し込みください(すでにお申し込み済の方には順次案内を送付しています)。

※妊婦の方は妊婦歯科検診が受けられます。母子健康手帳をお渡しした際一緒に渡した検診票で無料受診できます。

問合せ先 | 健康推進課 ☎35-3160

## 6月は食育月間です

- 生活習慣病の予防や改善につながるよう、バランスのとれた食事に心がけましょう
- 家族で食卓を囲み、楽しい食事の時間を過ごしましょう
- 早寝早起きや朝食を食べるといった基本的な生活習慣を身につけましょう
- 食事のあいさつなど食を大切にすることを意識しましょう
- 食の安全性に関する意識と関心を高めましょう

問合せ先 | 健康推進課 ☎35-3160

- 肺がん検診 (胸部レントゲン検査) および健康診査 (40歳未満) も受けられます。
- 受付時間は午前8時30分から10時30分までです。  
(●印の会場は午前8時30分から9時30分まで)
- 駐車場が少ない会場もありますのでご注意ください。
- 被用者保険 (高山市国保以外の健康保険) でも、左記会場で健診を受けられる場合があります。ご加入の健康保険にお尋ねください。

健康の教室と相談	相談名	対象となる方	期日	受付時間	持ち物	場所
健康の教室と相談	母子健康手帳交付	母子健康手帳の交付を受けていない妊婦	3・23	13:15~13:30	妊娠証明書 (妊娠届出書) 上のお子さんの母子健康手帳	市保健センター (☎35-3160)
	妊婦教室 (第1回)	出産予定が26年11月の妊婦	4	13:15~13:30	母子健康手帳 おかあさんと赤ちゃんのファイル 必要な方は水分補給のための飲み物	
	妊婦教室 (第2回)	出産予定が26年10月の妊婦	12	13:15~13:30		
	妊婦教室 (第3回)	出産予定が26年 9月の妊婦	17	13:15~13:30		
	妊婦教室 (第4回)	出産予定が26年 8月の妊婦と夫	24	9:15~9:30		
	4カ月児健診	24年 1月21日~ 1月31日生まれ 24年 2月 1日~ 2月10日生まれ 24年 2月11日~ 2月20日生まれ	6	13:00~13:45	母子健康手帳 問診票・バスタオル おかあさんと赤ちゃんのファイル	
			13			
			25			
	1歳6カ月児健診	24年11月 1日~11月15日生まれ 24年11月16日~11月30日生まれ	10	12:30~13:30	母子健康手帳 問診票	
			26			
	2歳児相談	24年 5月 1日~ 5月10日生まれ 24年 5月11日~ 5月20日生まれ 24年 5月21日~ 5月31日生まれ	13	9:15~9:45	母子健康手帳・問診票・子ども用フォーク・お手ふき・お茶・歯ブラシ・コップ	
			20			
			27			
3歳児健診	23年 5月 1日~ 5月20日生まれ 23年 5月21日~ 5月31日生まれ	5	12:30~13:30	母子健康手帳・問診票 尿・歯ブラシ・コップ		
		19				
市民健康相談	育児や食生活、生活習慣病などについての悩みや相談ごとのある方	毎週月~金 (祝日を除く)	9:00~12:00	乳幼児の相談の方は母子健康手帳		
		毎週木曜日			9:00~12:00	