

特定健診会場（高山市国保）

■高山地域

健診日	健診会場
9月10日 火	高山厚生病院（山口町）
9月11日 水	
9月12日 木	
9月13日 金	
9月17日 火	山田町公民館（山田町）
9月18日 水	
9月19日 木	
9月20日 金	
9月25日 水	ビッグアリーナ（中山町）
9月26日 木	

■丹生川地域

健診日	健診会場
9月 2日 月	旧丹生川東小学校体育館（白井）
9月 5日 木	旗鉾集会所（旗鉾）

■朝日地域

健診日	健診会場
9月 6日 金	秋神研修センター（桑之島）

■高根地域

健診日	健診会場
9月17日 火	日和田公民館（日和田）
9月27日 金	高根支所（上ヶ洞）

■国府地域

健診日	健診会場
9月 3日 火	国府支所（広瀬町）
9月 4日 水	
9月24日 火	宇津江公民館（宇津江）
9月27日 金	宇津江2区公民館（宇津江）

- 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。
- いずれの会場も駐車場が少ない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、上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。

9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・問合先
精神科医師による相談	4日(水)	市保健センター	13:30~15:00	飛騨保健所 ☎33-1111(内311)
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(※)

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」「話を聴いてほしい」という方は遠慮せずにご相談ください。電話による相談も可能です。

※9月20日(金)までにご予約ください。

まずは、声をかけあうことから始めてみませんか

9月10日から16日は「自殺予防週間」です

歯周病は万病のもと！ 歯周疾患検診を受けましょう！

歯周病は口の中の歯周病菌による感染症で、高血圧や肝臓病と同様にほとんど自覚症状がないままに進行し、異常に気づいた時には重症化していることが多い病気です。また、最近では、糖尿病や心疾患などの全身疾患、妊婦の方では低体重児の出産などとの関係も分かってきました。

歯周病の早期発見や治療には定期検診がもっとも効果的です。市では、下記の市民の方を対象に「歯周疾患検診」を実施しています。ぜひこの機会に歯科検診を受けてお口の健康度をチェックしましょう。

◎対象となる方

- ①今年度、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になれる方
※なお、検診期間は10月31日(木)までとなっています。すでに申し込まれた方には受診票を送付していますので、直接医療機関にご予約ください。これから希望される方は、早めにご連絡ください。
- ②現在妊娠中の方
※母子健康手帳交付時に全員へ検診票をお渡ししています。直接医療機関にご予約ください。

問合先 | 健康推進課 ☎35-3160

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
母子健康手帳交付	母子健康手帳を受けていない妊婦	9・24	13:15～13:30	妊娠証明書 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 2月の妊婦	2	13:15～13:30	母子健康手帳 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 1月の妊婦	5	13:15～13:30		
妊婦教室(第3回)	出産予定が25年12月の妊婦	19	13:15～13:30		
妊婦教室(第4回)	出産予定が25年11月の妊婦と夫	30	9:15～ 9:30		
4 カ 月 児 健 診	25年 4月21日～ 4月30日生まれ	11	13:00～13:45	母子健康手帳 問診票 バスタオル	
	25年 5月 1日～ 5月 7日生まれ	20			
	25年 5月 8日～ 5月20日生まれ	25			
1歳6カ月児健診	24年 2月 1日～ 2月15日生まれ	3	12:30～13:30	母子健康手帳 問診票	
	24年 2月16日～ 2月29日生まれ	26			
2 歳 児 相 談	23年 8月 1日～ 8月10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	
	23年 8月11日～ 8月20日生まれ	20			
	23年 8月21日～ 8月31日生まれ	27			
3 歳 児 健 診	22年 8月 1日～ 8月15日生まれ	12	12:30～13:30	母子健康手帳・問診票 尿・歯ブラシ・コップ	
	22年 8月16日～ 8月31日生まれ	27			
市 民 健 康 相 談	育児、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	市保健 センター
		毎週木曜日			各支所

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ~健康寿命の延伸~ 9月は健康増進普及月間です

2013.9.1