

10月の特定健診会場(高山市国保)

■高山地域

健診日	健診会場
10月11日 木	市保健センター (花岡町2)
10月12日 金	
10月15日 月	
10月16日 火	

■丹生川地域

健診日	健診会場
10月 2日 火	旧東小学校体育館 (白井)
● 10月 3日 水	旗鉾集会所 (旗鉾)
10月 9日 火	丹生川支所 (坊方)
10月10日 水	

- ・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。(注意: ●がついている健診日の受付実施時間は午前8時30分から9時30分です。)
- ・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。

栄養教室 (食生活改善推進員養成講座) を受講しませんか

受講者募集

食生活改善推進員とは、生活習慣病予防のため、バランス食の普及など地域住民への啓発活動や講習会の開催、食育推進活動などに取り組む食生活改善のアドバイザーで、通称「飛まわり会」と呼ばれます。

食生活改善推進員として活動いただける方の養成教室を開催します。

- 期日 ● 10月16日から12月11日までの毎週火曜日 ※20時間以上の受講が必要です
- 時間 ● 午前9時30分～午後2時 場所 ● 市保健センター (花岡町2)
- 参加資格 ● 健康づくりに関心があり、教室修了後にボランティア活動に取り組める市内在住の18歳～64歳までの方
- 定員 ● 20人 (多数の場合は抽選) 参加料 ● 毎回500円程度 (調理実習代)
- 申込方法 ● 10月5日(金)までに TEL・HP

10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	3日(水)	市保健センター	13:30～15:00	飛騨保健所 ☎33-1111 (内311)
	24日(水)	高根支所		
精神保健福祉士による相談	30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。

岐阜県不妊相談センター出張相談会 (れんげ相談会) 開催のお知らせ

不妊に関することでお悩みの方に、岐阜県不妊相談センターが出張相談会を開催します(交流会も同時開催)。なお、参加希望の方は10月29日(月)までに電話予約が必要です。

- 期日 ● 11月1日(木) 場所 ● 飛騨総合庁舎 (上岡本町7)
- 時間 ● 個別相談: 午後1時30分～4時 (1人あたり30分ほど)
- 交流会: 午後1時30分～2時30分

申込 岐阜県不妊相談センター ☎058-389-8258
 問合せ (電話受付は、祝日を除く月・金曜日の午前10時～正午、午後1時～4時)



申込 健康推進課
 問合せ ☎35-3160

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	16・30	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25年 3月の妊婦	1	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25年 2月の妊婦	15	13:15～13:30		
妊婦教室(第3回)	出産予定が25年 1月の妊婦	22	13:15～13:30		
妊婦教室(第4回)	出産予定が24年12月の妊婦と夫	29	9:15～ 9:30		
4カ月児健診	24年 5月21日～ 5月31日生まれ	4	13:00～13:45	母子健康手帳 問診票 バスタオル	
	24年 6月 1日～ 6月10日生まれ	19			
	24年 6月11日～ 6月20日生まれ	25			
1歳6カ月児健診	23年 3月 1日～ 3月15日生まれ	5	12:30～13:30	母子健康手帳 問診票	
	23年 3月16日～ 3月31日生まれ	24			
2歳児相談	22年 9月 1日～ 9月10日生まれ	5	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	
	22年 9月11日～ 9月20日生まれ	19			
	22年 9月21日～ 9月30日生まれ	26			
3歳児健診	21年 9月 1日～ 9月17日生まれ	3	12:30～13:30	母子健康手帳・問診票 尿・歯ブラシ・コップ	
	21年 9月18日～ 9月30日生まれ	17			
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 (祝日を除く)	9:00～12:00		各支所