

## 特定健診会場 (高山市国保)

### 高山地域

健診日	健診会場
6月5日 月	高山別院 (鉄砲町)
6月6日 火	
6月7日 水	
6月8日 木	
6月9日 金	
6月20日 火	市民文化会館 (昭和町1) (※)
6月21日 水	
6月22日 木	
6月23日 金	
6月26日 月	
6月27日 火	
6月28日 水	

### 丹生川地域

健診日	健診会場
6月8日 木	丹生川支所 (坊方)
6月26日 月	折敷地集会所 (折敷地)

### 清見地域

健診日	健診会場
6月9日 金	七郷会館 (牧ヶ洞)
6月27日 火	三ツ谷会館 (三ツ谷)

### 久々野地域

健診日	健診会場
6月14日 水	久々野公民館 (久々野)
6月15日 木	
6月16日 金	
6月28日 水	
6月29日 木	

### 国府地域

健診日	健診会場
6月20日 火	金桶集会所 (金桶)
6月21日 水	
6月22日 木	

### 上宝・奥飛騨温泉郷地域

健診日	健診会場
6月6日 火	蔵柱公民館 (上宝町蔵柱)
6月7日 水	平湯公民館 (奥飛騨温泉郷平湯)

## 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	7日 (水)	市保健センター	13:30~15:30	飛騨保健所 ☎33-1111 (内311)
	14日 (水)	上宝保健センター		
精神保健福祉士による相談	27日 (火)	市保健センター	13:30~15:30	健康推進課 ☎35-3160 (※)

※6月23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、学校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、また家族の方による相談、電話による相談も可能です。お気軽にご相談ください。

## 歯とお口の健康チェックをしましょう

「おいしい」と「元気」を支える 丈夫な歯  
~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(すでに申し込み済みの方には、順次案内を送付中です)。

※妊婦の方は妊婦歯科検診が受けられます。母子健康手帳交付時にお渡し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

食育の大切さを知り行動に移すことは、肥満やメタボリックシンドロームなど生活習慣病の改善に大きく役立ちます。また、家族や仲間とともにおいしく食べることは心を豊かにします。

子どものころから健全な食習慣を身につけ、生涯にわたって健やかな心身を培うことができるよう、各家庭においても家族で食卓を囲み「早寝早起き朝ごはん」や「バランスのよい食事」を心がけましょう。

問合せ先 | 健康推進課 ☎35-3160

- ◆受付時間は午前8時から午前10時30分までです。  
(※印の会場は午前8時30分から10時30分まで)
- ◆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。
- ◆駐車場が少ない場所もありますのでご注意ください。
- ◆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。詳しくは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	12 26	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・個人番号確認書類※	市保健センター ☎35-3160 各支所
	妊婦教室(第1回)	出産予定が29年11月の妊婦	5	13:15~13:30	母子健康手帳 おかあさんと赤ちゃん(子ども)のファイル 必要な方は飲み物	
	妊婦教室(第2回)	出産予定が29年10月の妊婦	19	13:15~13:30		
	妊婦教室(第3回)	出産予定が29年9月の妊婦	20	13:15~13:30		
	妊婦教室(第4回)	出産予定が29年8月の妊婦と夫	26	9:15~9:30		
	4カ月児健診	29年1月21日~1月31日生まれ	1	13:00~13:45	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) おかあさんと赤ちゃん(子ども)のファイル バスタオル	
		29年2月1日~2月13日生まれ	14			
		29年2月14日~2月20日生まれ	23			
	1歳6カ月児健診	27年11月1日~11月17日生まれ	6	12:30~13:30	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) おかあさんと赤ちゃん(子ども)のファイル	
		27年11月18日~11月30日生まれ	15			
	2歳児相談	27年5月1日~5月10日生まれ	2	9:15~9:45	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) おかあさんと赤ちゃん(子ども)のファイル 子ども用フォーク・お手ふき・お茶・歯ブラシ・コップ	
		27年5月11日~5月21日生まれ	16			
27年5月22日~5月31日生まれ		23				
3歳児健診	26年5月1日~5月17日生まれ	2	12:30~13:30	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) 目と耳の問診票・尿・歯ブラシ・コップ		
	26年5月18日~5月31日生まれ	22				
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	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			

●各教室や健診の所要時間は各案内文をご覧ください。

※①から③のいずれかの書類 ① 個人番号カード ② 通知カード+顔写真付き本人確認書類(運転免許証など) ③ 通知カード+顔写真のない公的書類(健康保険証、年金手帳など)を2つ以上