

健康  
ポイント  
対象

## 特定健診会場・健診日一覧

市国保特定健診は10月までです。今年まだ健診を受けていない方は、自分の健康のために、この機会に健診を受けましょう。

各会場での受付実施時間は、午前8:00～10:30です。

### 高山地域

健診日	健診会場
10月1日 火	市保健センター(花岡町2)
10月2日 水	
10月3日 木	
10月23日 水	
10月25日 金	

### 丹生川地域

健診日	健診会場
10月7日 月	丹生川支所(坊方)
10月8日 火	
10月9日 水	

- ◆肺がん検診(胸部レントゲン検査)および健康診査(39歳以下)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。
- ◆市国保以外の社会保険でも、上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。

## 10月の献血

問合せ 福祉課 ☎35-3356

駐車場が少ない会場もありますのでご注意ください。※印の会場は400ml限定の献血です。

期日	時間	場所
6日(日)	10:00～15:00	市役所
7日(月)	9:00～11:30	高山警察署※
	13:30～16:30	高山赤十字病院※
8日(火)	13:30～16:00	高山信用金庫本店
28日(月)	13:00～16:30	久美愛厚生病院※

## 10月 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	10月2日(水)	市保健センター	13:30～15:30	飛騨保健所 ☎33-1111(内311)
	10月9日(水)	久々野多目的センター(久々野支所)		
精神保健福祉士による相談	10月29日(火)	市保健センター	13:30～15:30	健康推進課 ☎35-3160(※)

※10月25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。

## ～がん検診 愛するあなたへの 贈りもの～ 10月は、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です。

4月から保健センター等で実施している集団検診〔39歳以下の健康診査・肺がん(胸部レントゲン)・胃がん・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルスおよび子宮頸がん・乳がん・骨粗鬆症)は、12月中旬までの予定です。今年度がん検診を受けていない方やご予約の日程に受けられなかった方は、各検診の日程や対象年齢・料金等をご案内しますので、お早目にご連絡ください。

ご自身やあなたを必要とする人のためにも、がん検診を受けましょう。



※今年度、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になられる方を対象とした「歯周疾患検診」は12月28日(土)までです。すでにお申し込みさ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、お早めにご連絡ください。

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	母子健康手帳の交付を受けていない妊婦	7	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)
		21			
妊婦教室(第1回)	出産予定が令和2年3月の妊婦	3	13:15～13:30	母子健康手帳 妊婦ファイル 必要な方は飲み物	
妊婦教室(第2回)	出産予定が令和2年2月の妊婦	11	13:15～13:30		
妊婦教室(第3回)	出産予定が令和2年1月の妊婦	23	13:15～13:30		
妊婦教室(第4回)	出産予定が令和元年12月の妊婦と夫 令和元年5月21日～5月28日生まれ	28	9:15～9:30		
4カ月児健診	令和元年5月29日～6月11日生まれ	8	12:30～13:00	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) 子どもノート・バスタオル	
	令和元年6月12日～6月20日生まれ	17			
	24				
1歳6カ月児健診	平成30年3月1日～3月17日生まれ	1	12:30～13:30	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) おかあさんと子どものファイル	
	平成30年3月18日～3月31日生まれ	18			
2歳児相談	平成29年9月1日～9月8日生まれ	4	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	
	平成29年9月9日～9月19日生まれ	11			
	平成29年9月20日～9月30日生まれ	18			
3歳児健診	平成28年9月1日～9月18日生まれ	16	12:30～13:30	母子健康手帳・問診票(お子さんの成長の記録) おかあさんと子どものファイル 目と耳の問診票・尿・歯ブラシ・コップ	
	平成28年9月19日～9月30日生まれ	25			
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
赤ちゃん教室	令和元年7月1日～7月31日生まれ	24	9:30～11:30 ※出入り自由	母子健康手帳 バスタオル	市保健センター(☎35-3160)
	令和元年5月1日～5月31日生まれ	21			
	平成31年3月1日～3月31日生まれ	15			
	平成31年1月1日～1月31日生まれ	7			
	平成30年11月1日～11月30日生まれ	3			

●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 マイナンバーカード ② 個人番号通知カード+顔写真付き本人確認書類(運転免許証など) ③ 個人番号通知カード+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