

後期高齢者医療制度にご加入の皆さまへ 「ぎふ・すこやか健診」「ぎふ・さわやか口腔健診」 受診しましょう

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期となっていた健診を開始します。

対象者の方には順次受診券を送付しています。

※受診方法などの詳細は、送付する受診票に同封の案内をご覧ください。

対象 75歳以上の方、65歳から74歳の広域連合の認定を受けた方

問合せ 市民課 ☎ 35-3003

酒害相談会日程

内容	相談日	場所	時間	予約・問合せ先
アルコール依存に関する相談 (高山断酒会)	7月19日(日)	総合福祉センター (昭和町2)	13:00 ～ 15:00	県精神保健福祉センター ☎ 058-231-9724
	8月16日(日)			
	9月20日(日)			
	10月18日(日)			

アルコール依存に関することで、心配されている本人や家族の相談に対応しています。事前に予約が必要です。

犬のしつけ方教室等を開催します

内容	実施日時	時間	開催場所
犬の飼い方・しつけ方個別相談	7月11日(土)	11:00～12:00 13:00～14:00 14:00～15:00	岐阜県動物愛護センター (美濃市片知593)
専門講師による犬のしつけ方教室 (6カ月以上2歳以下、体重15kg以下の犬が対象)	7月19日(日)	13:30～15:30	
獣医師のお仕事体験 ※対象：小学生	7月23日(木)	13:30～15:00	

申込 前日までに TEL

問合せ 県動物愛護センター ☎ 0575-34-0050

ひきこもり相談会のお知らせ

ひきこもりに悩むご本人やご家族等を対象に精神科医師やひきこもり支援コーディネーターが個別相談をお受けします。

対象 ひきこもりに悩むご本人やご家族の方など
精神疾患のためにひきこもっている方は対象ではありません。

相談 無料【予約が必要です】
相談時間・場所は予約時にご確認ください。

申込 開催7日前までに TEL
飛驒保健所 健康増進課 保健予防係 ☎ 33-1111

実施日時	時間	開催場所
8月7日(金)	10:00～12:15	飛驒保健所 (飛驒総合庁舎：上岡本町)
9月10日(木)	13:00～15:15	
10月16日(金)	13:00～15:15	

水中歩行運動で健康づくりしませんか

対象 市内在住で下記のいずれかに該当する方
①膝や腰などに痛みがあり、陸上でのウォーキングが困難な方で、令和2年度に65歳以上になる方
②足の機能の衰えにより、身体障害者手帳の交付を受けている方(年齢制限なし)
※主治医より運動制限をされている方や自力歩行が困難な方は申込できません。
※お一人様、1年度に1回のご利用となります。

期間 8月～10月(施設の実施可能日)

場所 ・スポーツクラブアクトス高山(岡本町3)
・ヒーローズスイミングスクール(花岡町2)

定員 100人(抽選により決定。場所の指定はできません)

内容 ・水中歩行講習会(1回)
・水中歩行運動(24回)
・水中歩行開始前及び最終回の筋力測定
※上記の内容、全てに参加できることが申込の条件となります。

申込 印鑑及び対象②に該当する方は身体障害者手帳を持参のうえ、7月17日(金)までに健康推進課(保健センター)、各支所地域振興課の ☎
来所による申請が難しい方は電話でご相談ください。

問合せ 健康推進課 ☎ 35-3160



「笑いヨガ」体験

今月の「笑いヨガ」体験は新型コロナウイルスの影響で中止します。免疫力強化のために毎日笑って、新型コロナウイルスに打ち勝ちましょう。

問合せ ひだ笑いヨガクラブ ☎ 33-0064

7月 休日診療のお知らせ

問合せ 医療課 ☎ 35-3177

診療名	対象となる方	期日	受付時間	持ち物	場所
内科診療	休日に急病になった方	5(日)・12(日)・19(日)・ 23(木・祝)・24(金・祝)・26(日)	8:30～11:30 13:00～14:30	健康保険証 医療受給者証(受給者のみ)	高山市休日診療所 (市保健センター内) ☎ 35-3175
歯科診療	日曜日に歯が痛くなった方 小児のフッ素塗布希望の方	5(日)・12(日)・19(日)・26(日)	8:30～11:30	お薬手帳(お持ちの方)	

●休日・夜間などの急病の場合、受診できる医療機関を知りたいときは高山地域救急医療情報センターまで電話してください(0577-34-3799)
●高山市民の方は、看護師や医師などに24時間365日、電話で医療相談ができます(通話料・相談料無料、携帯電話使用可)(0120-54-7830)