

健康インフォメーション

安心と健康をサポートします

母子健康手帳の交付 ● 健康づくり課・米原げんきステーションで交付しています。
すくすくホットライン ● 妊娠・出産・育児などに関するご相談、心配ごとなど、お気軽にお電話ください。

☎55-8105 (平日受付 8:30~17:15)

～風の会 おうみ～ (滋賀県自死遺族の会)

「風の会おうみ」では、大切な人を自死(自殺)で亡くした遺族が悲しみや自責の念・怒りなどのさまざまな思いを語り合う「分かち合い」を行っています。

この会は自助グループで、滋賀県立精神保健福祉センターの支援を受けています。遺族等によるスタッフによって運営しており、毎月第3土曜日にアクティ近江八幡にて開催しています。

米原市で出張開催

- 日時 9月6日(土)14時~15時30分(受付13時30分~)
- 会場 米原公民館 会議室2AB
- 参加費 300円(事務費等に充当します)
- 申込 事前申込は不要

※個人の情報やこの会で話した内容が外部に漏れることは、一切ありません。どうぞ安心してご参加ください。

☎ 滋賀県立精神保健福祉センター

☎ 077-567-5010

URL <http://heartland.geocities.jp/naginokai/>

健診結果説明会 (7月に受診された方)

健診は受けた後が大切です。結果説明会に参加し、自分の身体の状態について確認しましょう。

【持ち物】結果説明会案内チラシ、健康手帳、お薬手帳(お持ちの方のみ)、筆記用具、眼鏡等(必要な方のみ)

※健診後にお渡ししたチラシに書いてある時間・会場にお越しください。別会場にお越しの場合は、事前に健康づくり課までご連絡ください。

| 結果説明会開催日 | 結果説明会会場 | 健診実施日 |
|----------|----------|----------|
| 8月20日(水) | 近江公民館 | 7月9日(水) |
| 8月22日(金) | | 7月10日(木) |
| | | 7月11日(金) |
| 8月29日(金) | 近江保健センター | 7月18日(金) |
| 9月1日(月) | | 7月19日(土) |
| | | 7月20日(日) |
| | | 7月21日(月) |
| 9月2日(火) | リバーホール板並 | 7月29日(火) |
| 9月10日(水) | 伊吹保健センター | 7月30日(水) |
| | | 7月31日(木) |

おきがる健康相談

保健師と一緒に健診結果から生活を振り返り、生活習慣病予防について考えてみませんか?

| 実施日 | 時間 | 会場 |
|----------|---------------|-------------|
| 9月2日(火) | 13時30分~16時30分 | 伊吹保健センター |
| 9月9日(火) | 9時~12時 | 山東健康福祉センター |
| 9月19日(金) | 9時~12時 | 近江保健センター |
| 9月24日(水) | 13時30分~16時30分 | 米原げんきステーション |

持ち物 健康診査結果(過去分含む)、健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、眼鏡等

おきがる栄養相談

毎日の食事。からだのためにいろいろ気をつけてはいるけれど…。自分のからだに合った食事について考えてみませんか?

| 実施日 | 時間 | 会場 |
|----------|---------------|-------------|
| 9月12日(金) | 13時30分~16時30分 | 山東健康福祉センター |
| 9月16日(火) | 9時~12時 | 近江保健センター |
| 9月22日(月) | 13時30分~16時30分 | 米原げんきステーション |
| 9月29日(月) | 9時~12時 | 伊吹保健センター |

持ち物 健康診査結果(過去分含む)、健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、眼鏡等

おきがる運動相談

健康運動指導士のもと、気軽にできる筋力アップ体操などを体験しませんか?運動しやすい服装でお越しください。

| 実施日 | 時間 | 会場 |
|----------|--------|-------------|
| 9月16日(火) | 9時~12時 | 米原げんきステーション |

持ち物 健康診査結果(過去分含む)、運動シューズ(上靴)、タオル、飲み物、筆記用具、眼鏡等

いずれの相談も費用は無料です。相談を希望される方は3日前までに、健康づくり課までお申し込みください。

健康教室のお知らせ

『上手な医療機関の使い分け』

参加は自由です
直接会場に
お越しください!

- ◆日時: 9月4日(木)13時30分~
- ◆場所: 湖北医療サポートセンター (メディサポ) 2階A会議室 (長浜市宮司町1181-2)
- ◆講師: 長浜赤十字病院 副院長 放射線科部長 楠井 隆 先生
- ◆内容: 医療機関のかかり方について



8月の救急医療

一休日に具合が悪くなったとき

休日の内科・小児科の救急は、当番制で対応しています。

受診の際には、健康保険証・お薬手帳などをお忘れなく。

☎ 市健康づくり課(山東庁舎)

☎ 55-8105 FAX 55-2406

| 医療体制 | | 8/3(日) | 8/10(日) | 8/17(日) | 8/24(日) | 8/31(日) |
|----------------------|--|-------------|---------|---------|---------|---------|
| 第一次医療体制 (比較的軽症など) | 長浜米原休日急患診療所 (長浜市宮司町1181-2 ☎65-1525) 受付時間 8時30分~11時30分 12時30分~17時30分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第二次医療体制 (重症など) | 子どもの場合 | 診療時間 8時~ | 日赤 | 日赤 | 日赤 | 日赤 |
| | 上記以外 | 翌朝8時 | 市民 | 日赤 | 市民 | 日赤 |

小児救急電話相談 短縮ダイヤル#8000 ☎077-524-7856

- 相談日時 平日・土曜日18時~翌朝8時/日曜日・祝日 9時~翌朝8時
- 対象者 県内在住の15歳以下のお子さんとその家族

こどもの救急ホームページ <http://kodomo-qq.jp/>

