

8月

安心と健康をサポートします

の健康カレンダー



乳幼児健康診査

※いずれも全市域を対象に毎月1回実施します。※4か月健診はBCG接種も実施します。
 ※赤ちゃん手帳の中の質問票(対象月)を子どもさんの様子をみながら記入して当日ご持参ください。
 体調やご都合が悪い場合は、次回おこしください。

事業名(対象)	実施日	受付時間	会場	持ちもの
4か月児健診 (平成24年 3月生まれ)	8月 3日(金)	13:30~14:00 (BCGは13:00~13:15)	米原げんき ステーション	◇母子健康手帳 ◇赤ちゃん手帳 ◇質問票(赤ちゃん手帳綴じ込みのもの) ◇バスタオル
10か月児健診 (平成23年10月生まれ)	8月30日(木)	13:00~13:30		
1歳8か月児健診 (平成22年12月生まれ)	8月28日(火)	13:00~14:00	山東健康 福祉センター	◇母子健康手帳 ◇赤ちゃん手帳 ◇質問票(赤ちゃん手帳綴じ込みのもの) ◇子どもの歯ブラシとコップ
2歳6か月児歯科健診 (平成22年 1月生まれ)	8月 9日(木)	9:30~10:30		
3歳6か月児健診 (平成21年 1月生まれ)	8月 2日(木)	13:00~14:00	(歯科健診がありませんので、はみがきをしてから、お越しください。)	◇母子健康手帳 ◇赤ちゃん手帳 ◇質問票(赤ちゃん手帳綴じ込みのもの) ◇子どもの歯ブラシとコップ ◇子どもの尿(朝一番の尿を空容器に入れてご持参ください) ◇聴力アンケート



すくすく相談(育児相談)・プレママ相談(妊婦相談)

※受付時間はいずれも9:30~11:30です。

実施日	会場	内容
8月 1日(水)	伊吹保健センター	◇育児不安、ストレス等の悩みや、子どもの成長・発達など、妊娠や育児についての相談をお受けします。 ◇身体計測
8月22日(水)		
8月 8日(水)	近江保健センター	◇食事・離乳食についての相談は、栄養士がお受けします。 持ち物：母子健康手帳、赤ちゃん手帳、バスタオル(乳幼児の計測用)
8月29日(水)		



子育てサロン

※プレイルームを開放します。 ※時間はいずれも9:30~11:30です。

事業名	実施日	会場	対象
赤ちゃん広場	8月 1日(水)	伊吹保健センター	おもに1歳未満のお子さんと保護者
	8月29日(水)	近江保健センター	



予防接種

※BCGは月1回、集団接種を米原げんきステーションで実施します。 ※診察前の体温は会場で測定してください。
 ※予防接種を受ける前には冊子「予防接種と子どもの健康」を読み、必要性や副反応について理解したうえで接種してください。 ※薬を使用している方は、服薬手帳や薬の説明書など、服薬内容のわかるものを持参してください。

事業名	実施日	受付時間	会場	持ちもの
BCG (3か月~6か月未満児)	8月 3日(金)	13:00~13:15	米原げんきステーション	◇予診票(赤ちゃん手帳綴じ込みのもの) ◇母子健康手帳 ◇体温計



母と子の強い歯をつくろう運動 -主催：湖北歯科医師会-

※1歳から6歳までのお子さんの誕生月に、歯科健診と歯科指導が母子ともに無料で受けられます。

事業名	実施日	受付時間	会場	持ちもの
1歳児歯科健診	8月 9日(木)	14:00~15:30	長浜市保健センター宮司分室	◇親と子のお口の健康手帳
	8月30日(木)	14:00~15:30	長浜市保健センター高月分室	
2歳~6歳児歯科健診	誕生日を迎えた月に、湖北歯科医師会会員の歯科医院にお申し込みください			

会場について

場所がわからないときは、健康づくり課までお気軽にお問い合わせください。

●健康づくり課	山東庁舎内(長岡)	●近江保健センター	近江庁舎に併設(顔戸)
●山東健康福祉センター	ルッチプラザ内(長岡)	●米原保健センター	米原診療所に併設(三吉)
●伊吹保健センター	伊吹健康プラザ愛らんど内(香照)	●米原げんきステーション	米原庁舎 南隣(下多良)

お問い合わせ 健康福祉部 健康づくり課(山東庁舎) ☎55-8105 ☎55-2406

基本健康診査の結果説明会が始まります！

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。

7月の結果説明会 持ち物：結果説明会案内チラシ、健康手帳、筆記用具

地域	健診実施日	結果説明会開催日	結果説明会会場	受付時間
米原	6月 7日(木)	7月19日(木)	西部デイサービスセンター	9:15~9:30
	6月 8日(金)	7月23日(月)	米原げんきステーション	
	6月 9日(土)	7月20日(金)		
		7月21日(土)		
	6月10日(日)	7月20日(金)		
	6月11日(月)	7月21日(土)		
		7月23日(月)		

地域	健診実施日	結果説明会開催日	結果説明会会場	受付時間
山東	6月12日(火)	7月25日(水)	山東B&G海洋センター	9:15~9:30
	6月13日(水)	7月27日(金)		
	6月15日(金)	7月25日(水)		

地域	健診実施日	結果説明会開催日	結果説明会会場	受付時間
伊吹	6月18日(月)	7月31日(火)	吉槻生活改善センター	9:15~9:30

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	持ちもの
8月 9日(木)	9:00~12:00	近江保健センター	健診結果通知書 (過去分含む) 筆記用具 眼鏡等
8月28日(火)	9:00~12:00	伊吹保健センター	
8月29日(水)	13:30~16:30	米原げんきステーション	
8月30日(木)	13:30~16:30	山東健康福祉センター	

*相談費用は無料です。
*相談を希望される方は、事前に健康づくり課までお申し込みください。

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	持ちもの
8月29日(水)	9:00~12:00	米原げんきステーション	健診結果通知書 (過去分含む) 筆記用具 眼鏡等
8月30日(木)	9:00~12:00	山東健康福祉センター	

*相談費用は無料です。
*相談を希望される方は、事前に健康づくり課までお申し込みください。

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
8月31日(金)	9:00~12:00	米原げんきステーション

持ち物：健診結果通知書（過去分含む）、筆記用具、体育館シューズ、タオル、飲み物、眼鏡等

*相談費用は無料です。
*相談を希望される方は、事前に健康づくり課までお申し込みください。

熱中症

7~8月がピークです

の適切な予防を！

熱中症予防のために

- こまめに水分補給をしましょう
- 暑さを避けましょう
- 吸水性・通気性のよい服装を選びましょう
- 日々の体調管理に注意しましょう



特に高齢者のみなさんは要注意！

熱中症患者のおよそ半数は高齢者です。高齢者は、暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しているため、自覚症状がなくても、こまめな水分補給と温度調整を心がけましょう！



上手に節電しながら、熱中症予防を！

健康教室のお知らせ

認知症と薬物治療

参加は自由です
直接会場に
お越しください

アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症など、それぞれの症状や病態に応じた対策が望まれる中、近年薬物治療においても複数の薬が日常臨床において使用可能となり、一定の成果を挙げています。今回はこのような現状についてお話しします。

- 日時 7月12日(木) 13時30分~
- 場所 米原公民館 研修室2AB
- 講師 (医)橋本医院 院長 橋本 修氏