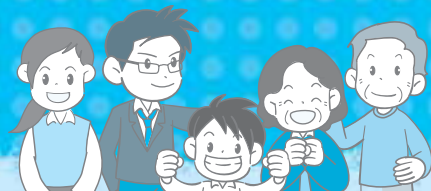


7月

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 2月生まれ）	7月 6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 ◇バスタオル
10か月児健診 （平成23年 9月生まれ）	7月26日（木）	13:00～13:30		
1歳8か月児健診 （平成22年11月生まれ）	7月24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 ◇子どもの歯ブラシとコップ
2歳6か月児歯科健診 （平成21年12月生まれ）	7月 5日（木）	9:30～10:30		
3歳6か月児健診 （平成20年12月生まれ）	7月19日（木）	13:00～14:00	（歯科健診がありますので、はみがきをしてから、お越しください。）	◇母子健康手帳 ◇質問票 ◇赤ちゃん手帳 ◇聴力アンケート ◇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）



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
7月 4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
7月18日（水）		
7月11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）
7月25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	7月 4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
	7月25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）	7月 6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	7月12日（木）	14:00～15:30	保健センター宮司分室（長浜市宮司町）	◇親と子のお口の健康手帳
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			



ママパパ教室

妊娠したお母さんと生まれてくるお子さんの健康について学習します。
 なるべく夫婦そろってご参加ください。 受付時間は13:50～14:00です。

実施日	開催時間	場所	教室内容	持ちもの
7月 8日（日）	14:00～16:00	山東健康福祉センター	健康な妊娠期を過ごすための秘訣 妊娠期の食生活 情報交換	◇母子健康手帳 ◇赤ちゃん手帳

基本健康診査およびがん検診等日程(6月)

6月~8月にかけて、総合健診を実施します。5月末頃お届けした受診券等が入った封筒の内容を確認のうえ、忘れずに受診してください。

集団健診が始まります!

実施日	会場	受付時間	基本健康診査	胃がん	大腸がん	肺がん	乳がん	子宮がん	骨粗しょう症	基本健康診査のみ受診する場合の対象地域	
6月	7日(木)	西部テイクサービスセンター	9時~10時45分	○	○	○				朝妻・筑摩・磯	
	8日(金)	米原げんきステーション	9時~10時45分	○	○	○		○	○	賀目山・中多良・入江	
	9日(土)		9時~10時45分	○	○	○	○	○	○	米原西町	
			13時~14時	○		○		○	○	米原	
	10日(日)		9時~10時45分	○	○	○		○	○	梅ヶ原・多良・上多良	
	11日(月)		9時~10時45分	○	○	○	○	○		下多良	
	12日(火)	山東B&G海洋センター	9時~10時45分	○	○	○		○	○	柏原西	
	13日(水)		9時~10時45分	○	○	○	○	○		大野木・清滝・長久寺	
			13時~14時	○		○				梓・河内・須川	
	15日(金)		9時~10時45分	○	○	○		○	○	柏原東	
	18日(月)	東草野中学校	9時~10時45分	○	○	○				甲津原・曲谷・甲賀・吉槻・上板並・下板並	
	24日(日)	ゆめホール	9時~10時45分	○	○	○	○	○		上丹生・下丹生	
			13時~14時	○		○				河南・樋口・枝折	
	25日(月)		9時~10時45分	○	○	○		○	○	南三吉・三吉・西坂・東番場・西番場	
	26日(火)	人権センターS・Cプラザ	9時~10時45分	○	○	○				一色・醒井	
	27日(水)	ルッチプラザ	9時~10時45分	○	○	○					天満・間田
	28日(木)		9時~10時45分	○	○	○	○	○			山室・大鹿・万願寺・西山・加勢野
	29日(金)		9時~10時45分	○	○	○		○			長岡
	9時~10時45分		○	○	○	○	○			朝日・グリーンヒルズあさひ・菅江・堂谷	
30日(土)	13時~14時		○		○		○	○		夫馬・井之口	
7月 1日(日)		9時~10時45分	○	○	○	○	○	○		志賀谷・北方・本郷	

*基本健康診査とは、特定健康診査、後期高齢者健康診査、39歳以下健診のことです。

おきがる健康相談

実施日	時間	会場	持ちもの
7月11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
7月18日(水)	13:30~16:30	伊吹保健センター	
7月24日(火)	9:00~12:00	山東健康福祉センター	
7月25日(水)	13:30~16:30	近江保健センター	

*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。

健康教室のお知らせ

糖尿病をもっと知ろう!

参加は自由です
直接会場に
お越しください

- 講師 市立長浜病院 糖尿病看護認定看護師 西堀 靖子氏
- 内容
 - ・糖尿病を予防するには
 - ・糖尿病予防で気をつけたいこと
 - ・糖尿病の自覚症状
 - ・糖尿病ってどんな病気?
 - ・糖尿病にならないために
- 日時 6月7日(木) 13時30分~
- 場所 長浜市民交流センター(長浜市地福寺町4-36)

6月は食育月間です



食育って何?

「食育」とは、健康に欠かせない「食」に関する知識と食を選択する力を持ち、健全な食生活を実践できる人間を育てることです。

早寝 早起き 朝ごはん

朝・昼・夜、1日3食食事を規則的なリズムでしっかり食べることは、健康な体と健やかな心を育む基本です。特に、朝ごはンは目覚めたての体を動かすためのエネルギー源です。子どもにとっても、午前中の脳を動かすために、朝ごはんは大変重要な役割を果たしています。朝ごはんを食べないと、午前中がんばりたくてもがんばれません。早起きして朝日を浴び、朝ごはんをしっかり食べる習慣をつけましょう!

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