



村松 沙咲ちゃん（１歳）

健康ガイド

健康ガイドの情報は、メール配信サービスで配信しています。
t-ogaki@sg-m.jp に空メールを送ると、登録できます。



次の人は、一部を除いて検(健)診が無料になりますので、申し込み時にお知らせください。

- ①70歳以上の人（実施月の1日の年齢）
- ②65歳以上70歳未満（実施月の1日の年齢）で、身障手帳1～3級、療育手帳B1以上または精神障害者保健福祉手帳1・2級を持つ人
※検(健)診の当日は、手帳をご持参ください
- ③生活保護世帯や中国残留邦人等支援給付受給世帯および市民税非課税世帯の人
※身分証明書と印鑑を持参の上、受診日の前日までに保健センターで手続きが必要

- がん検診にお越しの際は、健康保険証をご持参ください。
自覚症状のある人は、早めに医療機関の受診をお勧めします
- 人間ドックや職場などで受診機会のある人は、対象になりません

<大垣地域> ※申込の受付時間は8:30～17:15

大垣市保健センター（☎75-2322）

	健診・検診名	対 象	と き	ところ	備 考	料金	申込
子ども	10か月児健康診査	令和4年9月生まれの子	8 / 1 (火) <受付> 13:00～13:55	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票 ※健診日時は、送付するご案内ハガキで確認してください	無料	不要
			8 / 2 (水) <受付> 13:00～13:55				
			8 / 3 (木) <受付> 13:00～13:55				
	1歳6か月児健康診査	令和4年1月1～10日生まれの子	8 / 8 (火) <受付> 12:50～13:20	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票 ※健診日時は、送付するご案内ハガキで確認してください	無料	不要
		11～20日生まれの子	8 / 9 (水) <受付> 12:50～13:20				
		21～31日生まれの子	8 / 10 (木) <受付> 12:50～13:20				
	フッ化物塗布	令和2年6・12月、令和3年6・12月生まれの子	8 / 7 (月) <受付> 13:00～13:30 <受付> 13:30～13:45	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、タオル、コップ	500円	7/19～
大人	成人(U-39)健康診査	18～39歳の男女（令和5年度中に40歳になる人を除く）	9 / 1 (金)・4 (月) <受付> 13:00～13:15 <受付> 13:30～13:45	保健センター	内科・歯科健診、血液検査など ※30～39歳を対象に胃がんリスク健診を同時実施（別途500円必要、要予約）	500円	7/18～

<上石津地域>

上石津保健センター（☎45-2933）

	健診・検診名	対 象	と き	ところ	備 考	料金	申込
子ども	4か月児健康診査	令和5年3・4月生まれの子	8 / 28 (月) <受付> 13:15～13:30	上石津保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	10か月児健康診査	令和4年9・10月生まれの子	8 / 28 (月) <受付> 13:30～13:45	上石津保健センター			

<墨俣地域>

墨俣保健センター（☎62-3112）

	健診・検診名	対 象	と き	ところ	備 考	料金	申込
子ども	4か月児健康診査	令和5年3・4月生まれの子	8 / 30 (水) <受付> 13:00～13:15	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	10か月児健康診査	令和4年9・10月生まれの子	8 / 30 (水) <受付> 13:30～13:45	墨俣保健センター			

ウェブシステムでは、9月以降の今年度分の検(健)診が予約可能です。予約可能な日程等については、システム画面をご確認ください。



ウェブ
予約

熱中症にご注意を！

— 熱中症は予防が大切です —

梅雨の合間の急に気温が上がった日や梅雨明けの蒸し暑い日は熱中症が起こりやすくなります。熱中症予防行動のポイントを意識し、暑さに負けないための工夫や生活習慣を身につけましょう。
詳しくは、大垣市保健センター（☎75-2322）へ。

熱中症とは

熱中症は、高い気温の中にいることで、汗をかいて体の水分が少なくなり、熱が体にこもることによって起こるさまざまな症状のことです。
熱中症になったとき、水分や塩分が補給されないと重症になり、死に至る危険もあります。
気温の高い日中に、屋外での作業やスポーツをする人に多く発症するだけでなく、室内でも発生しています。また、夜も注意が必要です。



熱中症予防行動のポイント

- 暑さを避けましょう
 - ◆昼夜問わずエアコンなどを利用して温度調節をしましょう
 - ◆不要不急の外出はできるだけ避ける
- 熱中症予防行動を普段以上に実践しましょう
 - ◆のどが渇いていなくても、1日あたり1.2リットルを目安にこまめに水分補給をする
 - ◆涼しい服装にする
- 外での運動は、原則、中止・延期しましょう
 - ◆暑さ指数（WBGT）に応じて、屋外やエアコンなどが設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期しましょう



高齢者、障がい者、子どもなどに声かけを

高齢者、障がい者、子ども、持病のある人、肥満の人は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。周囲の人からも積極的な声かけをお願いします。

