

健康ガイド

恵那市保健センター ☎26-2111 (内線222・223)

種別	とき	受付時間	対象	備考
母子健康手帳の交付	毎週水曜日	午前9時～11時		妊娠届出書または証明書持参
たまご学級2課	25日(木)	午後1時	平成18年1月～2月出産予定の方	
乳児(6カ月児)相談	18日(木)	午前9時～9時半	平成17年1月生まれ	すくすくガイドのアンケート持参
1歳6カ月児健診	23日(火)	午後0時45分～1時15分	平成16年1月生まれ	保護者の歯科検診有 すくすくガイドのアンケート持参
3歳児健診	16日(火)	午後0時45分～1時15分	平成14年7月生まれ	採尿容器、視聴覚アンケート持参
3歳子育てひろば		午前9時半～9時45分	平成14年5月～6月生まれ	
乳幼児なんでも相談	23日(火)	午前9時～11時	乳幼児	
三種混合予防接種(2回目)	26日(金) 30日(火) 31日(水)	午後1時半～2時半	平成16年6月～8月生まれ 平成16年9月～11月生まれ 平成16年12月～平成17年2月生まれ	初年度は3回接種 7歳6カ月未満でまだ 初回接種していない幼児も対象
胃がん検診	30日(火)	午前8時半～10時	18歳以上男女	料金500円。定員になり次第締め切りますので、お早めに申し込みください。
大腸がん検診				
成人歯科相談および健診				

岩村保健センター ☎43-0051

種別	とき	受付時間	対象	備考
母子健康手帳の交付	随時交付します。事前にご連絡ください。			妊娠届出書または証明書持参
乳児健診	19日(金)	午後0時半～0時45分 午後0時45分～1時	平成17年3月～4月生まれ 平成16年9月～10月生まれ	
乳幼児なんでも相談	24日(水)	午前9時半～11時	乳幼児	
虫歯予防教室	26日(金)	午前9時半～10時 午前10時半～11時	2歳～就学前児 1歳半～2歳未満	歯ブラシ、コップ、タオル、500円持参

山岡保健センター ☎56-2968

種別	とき	受付時間	対象	備考
母子健康手帳の交付	随時交付します。事前にご連絡ください。			妊娠届出書または証明書持参
乳児健診	22日(月)	午後1時～1時15分	平成17年4月～5月生まれ	

献血 25日(木)午前10時半～午後1時 場所：パロ－恵那店西口

乳幼児の健診・相談・予防接種には必ず母子健康手帳をご持参ください。住所地区以外で受ける場合やご不明な点は各保健センターまでお問い合わせください。

8月後半分
8月16日～31日

明智保健センター ☎54-3143

種別	とき	受付時間	対象	備考
母子健康手帳の交付	随時交付します。事前にご連絡ください。			妊娠届出書または証明書持参

串原総合福祉センター ☎52-2230

種別	とき	受付時間	対象	備考
母子健康手帳の交付	随時交付します。事前にご連絡ください。			妊娠届出書または証明書持参

かみやばぎ総合保健福祉センター ☎48-3185

種別	とき	受付時間	対象	備考
母子健康手帳の交付	随時交付します。事前にご連絡ください。			妊娠届出書または証明書持参
乳児相談(離乳食教室)	29日(月)	午後1時半～1時40分	平成16年8月～9月生まれ 平成17年1月～2月生まれ	
1歳6カ月児健診	22日(月)		平成16年1月～2月生まれ	
3歳児健診			平成14年7月～8月生まれ	
乳幼児なんでも相談	29日(月)		乳幼児	
三種混合1期初回	25日(木)		平成16年4月～平成17年4月生まれ	

【共通】

種別	とき	受付時間	対象	備考
機能訓練教室	詳しい日時は、各保健センターにお問い合わせください。		機能訓練が必要な方	
麻疹・風しん予防接種	医療機関での接種となります。医療機関は4月1日号11頁をご覧ください。		1歳以上	7歳6カ月未満でまだ接種していない幼児も対象

糖尿病予防教室

糖尿病が全国的に急激に増加しています。市でも基本健診で糖尿病の疑いのある方が増えています。糖尿病は、動脈硬化を促進し、失明や腎機能低下(=透析) 脳梗塞や心筋梗塞などの合併症を引き起こします。しかし、早期に生活習慣を見直すことで改善されます。そこで、下記の通り糖尿病予防教室を行います。仕事をしている方も参加しやすいよう日程を調整しながら行いますので、ぜひご参加ください。

対象 基本健診の結果ヘモグロビンA1c 5.5～6.0%で64歳以下の方

ところ 市内各保健センター

内容 全6～7回コース ▷糖負荷試験(糖尿病の精密検査) ▷糖尿病専門医による検査結果説明 ▷栄養指導
▷食事指導

その他 治療中の方、医師から運動制限を受けている方はご遠慮ください

申し込み、開催日程等詳しくはお住まいの地域の保健センターにお問い合わせください。