

## 乳幼児健診・教室

大井町・長島町・東野・三郷町・武並町・笠置町・中野方町・飯地町にお住まいの方は市保健センターへ、岩村町・山岡町・明智町・串原・上矢作町にお住まいの方は南部地域の保健センターなどへ参加してください

種別	とき	実施場所	受付時間	対象
母子健康手帳の交付	毎週水曜日	市保健センター	午前9時、9時半、10時、10時半	妊娠届出書か妊娠証明書を持参
	随時	南部地域各保健センター		事前に連絡ください
たまご学級第3課	13日(金)	市保健センター	午後1時半～	平成26年1・2月出産予定
たまご学級第4課	26日(木)	市保健センター	午後1時～	平成25年11・12月出産予定
4カ月児健診	3日(火)	市保健センター	午後0時45分～1時	平成25年4月生まれ
	18日(水)	岩村保健センター	午後1時～1時15分	
7カ月児教室	6日(金)	岩村保健センター	午前9時～9時15分	平成25年1月生まれ
	19日(木)	市保健センター		
1歳児教室	10日(火)	市保健センター	午前9時～9時15分	平成24年8月生まれ
	27日(金)	岩村保健センター		
1歳6カ月児健診	17日(火)	市保健センター	午後0時45分～1時	平成24年2月生まれ
2歳児教室	11日(水)	市保健センター	午前8時50分～9時10分	平成23年8月生まれ
	25日(水)	岩村保健センター		
3歳児健診	9日(月)	岩村保健センター	午後1時～1時15分	平成22年7・8月生まれ
	24日(火)	市保健センター		
乳幼児なんでも相談	3日(火)	山岡診療所	午前9時～11時	乳幼児
	11日(水)	串原振興事務所		
	13日(金)	明智保健センター		
	27日(金)	市保健センター		
	30日(月)	岩村保健センター		
歯みがき教室	2日(月)、6日(金)	市保健センター	午前9時～11時 午後1時～3時	1歳6カ月・3歳児健診を受けた幼児
	3日(火)、5日(木)	市保健センター	午前9時～11時	
	4日(水)	山岡診療所	午前9時～11時	
	30日(月)	明智保健センター	午前9時～11時 午後1時～3時	

## 予防接種

種別	とき	実施場所	受付時間	対象
BCG 予防接種	18日(水)	岩村保健センター	午後2時半～2時45分	生後5～8カ月未満の乳児
	20日(金)	市保健センター	午後1時15分～2時	
三種混合予防接種	17日(火)	岩村保健センター	午後1時半～2時	1期初回＝生後3～12カ月の乳児 1期追加＝初回接種の3回目終了後、12～18カ月経過した幼児
不活化ポリオ予防接種	25日(水)	市保健センター	午後1時15分～2時	1期初回＝生後3～12カ月の乳児 1期追加＝初回接種の3回目終了後、12～18カ月経過した幼児

☎ 市保健センター☎26-2111(内線221)、岩村保健センター☎43-3885、山岡振興事務所☎56-2111、明智保健センター☎54-3143

**献血** 6日(金) 午前10時半～午後4時 場所：市保健センター  
26日(木) 午前10時～午後4時 場所：コープぎふ恵那店

## 成人健診(検診)

特定健診と成人歯科相談・健診以外は、申し込みが必要です。託児が必要な方は連絡ください

種別	とき	実施場所	受付時間
胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診、肝炎検診	10日(火)	山岡農村環境改善センター	午前8時半～10時半
	12日(木)	市保健センター	
	27日(金)	明智保健センター	
乳がん・子宮頸がん検診	3日(火)	岩村福祉センター	午前9時半～11時半
	4日(水)	市保健センター	午前9時半～11時半、 午後1時～2時
	12日(木)	明智保健センター	午後1時～2時
	24日(火)	上矢作基幹集落センター	午後1時～2時
特定健診・若いひとと健診・75歳到達者健診	5日(水)	サンホールくしはら	午前9時～11時
	8日(日)・24日(火)	市消防防災センター	
	13日(金)	岩村福祉センター	
	20日(金)	山岡農村環境改善センター	
	26日(木)	明智保健センター	
成人歯科相談・健診	29日(日)	上矢作基幹集落センター	午前9時15分～11時15分
	5日(水)	サンホールくしはら	
	8日(日)・24日(火)	市消防防災センター	
	13日(金)	岩村福祉センター	
	20日(金)	山岡農村環境改善センター	
26日(木)	明智保健センター		
29日(日)	上矢作基幹集落センター		

### 休日在宅当番医

1日＝みあい診療所(武並町)☎28-3521 8日＝度会医院(長島町)☎26-2007 15日＝森川クリニック(長島町)☎26-2222 16日＝十全堂医院(中野方町)☎23-2230 22日＝長谷川皮膚科(東野)☎26-1831 23日＝市立恵那病院(大井町)☎26-2121 29日＝大湫病院恵那診療所(大井町)☎26-3531

☎ 恵那消防署☎25-3799

※当番医は都合により変更する場合があります。恵那南部5地域の当番医は、恵那消防署へ問い合わせください

### 休日在宅歯科当番医

15日＝木村歯科医院(大井町)☎25-8011 16日＝花の木歯科クリニック(長島町)☎25-1700 22日＝かすがい歯科医院(山岡町)☎57-0648 23日＝国保上矢作歯科診療所(上矢作町)☎47-2222

## いきいきヘルシープラン2(健康増進計画)を策定しました

市では、国の基本方針に基づき、平成25年度から平成34年度までを計画期間とする「いきいきヘルシープラン2」を策定しました。これは、「生活習慣病の発症予防と重症化予防」に重点を置き、乳幼児期から高齢期まで各段階ごとの健康づくりを、市民一人一人が主体的に実践できるようにするための計画です。

国は、平成12年度から展開してきた国民健康づくり運動「健康日本21」の第2次運動として、平成24年に新たに基本方針を提示。健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現、生活習慣病の発症予防、合併症など重症化予防対策の推進を目指します。

市の国民健康保険加入者では、高血圧で治療を受けている人の割合が県下21市中4位、脳血管疾患4位、心疾患5位と高く、特定健診の結果では、高血圧(160/100以上)の割合が男女とも1位という状況です。

今後、高血圧症や脳血管疾患、心疾患などの生活習慣病の発症予防と重症化予防に向けて健康診断受診率の向上を図り、食生活の改善や運動習慣の定着などの健康的な生活習慣の実践を支援します。詳しくは、市ウェブサイト(<http://www.city.ena.lg.jp/>)をご覧ください。

☎ 健康推進課☎26-2111(内線221)