

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	ところ	受付時間	対象
母子健康手帳の交付	毎週水曜日 随時	市保健センター 南部地域各保健センター	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 事前に連絡ください
たまご学級第3課	18日(金)	中コミセン	午後1時～	平成26年11・12月出産予定
たまご学級第4課	24日(木)	中コミセン	午後1時～	平成26年9・10月出産予定
4カ月児健診	1日(火)	市保健センター	午後0時45分～1時	平成26年2月生まれ
	16日(水)	岩村保健センター	午後1時～1時15分	
7カ月児教室	4日(金)	岩村保健センター	午前9時～9時15分	平成25年10・11月生まれ
	17日(木)	市保健センター		平成25年11月生まれ
1歳児教室	8日(火)	市保健センター	午前9時～9時15分	平成25年6月生まれ
	25日(金)	岩村保健センター		平成25年5・6月生まれ
1歳6カ月児健診	2日(水)	岩村保健センター	午後1時～1時15分	平成24年11・12月生まれ
	15日(火)	市保健センター		
2歳児教室	9日(水)	市保健センター	午前8時50分～9時10分	平成24年6月生まれ
	14日(月)	岩村保健センター		
3歳児健診	22日(火)	市保健センター	午後0時45分～1時	平成23年6月生まれ
	28日(月)	岩村保健センター		
乳幼児なんでも相談	1日(火)	山岡診療所	午前9時～11時	乳幼児
	11日(金)	明智保健センター		
	16日(水)	串原振興事務所		
	25日(金)	市保健センター		
歯みがき教室	7日(月)、10日(木)	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
	2日(水)、3日(木)	市保健センター		
	7日(月)	山岡診療所		
	11日(金)	岩村保健センター		
	29日(火)	明智保健センター		

熱中症の予防に心掛けましょう

気温が高くなり始める梅雨明けごろから、熱中症になりやすくなります。暑さに慣れない体が、気候の変化に十分に対応できず、目まいや吐き気、食欲不振などを起こします。喉の乾きを感じたら、すでに水分不足になっていることが多いです。喉が渇く前にこまめにお茶などの水分を補給しましょう。

熱中症は簡単な心掛けで予防することができます。日常的に体を暑さに慣らすことや、ウォーキングなどの運動で熱中症になりにくい体をつくるのが基本です。通気性の良い服を着たり、帽子や日傘

を利用したりすることも有効です。また普段から睡眠をよくとって、体調を整えておくことも大切です。乳幼児や高齢者は特に熱中症になりやすいので、体調や気温に注意して予防に心掛けましょう。

問 健康推進課 ☎ 26-2111 (内線221)



予防接種

種別	とき	ところ	受付時間	対象
BCG 予防接種	16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
	23日(水)	市保健センター	午後1時15分～1時45分	
三種混合予防接種	2日(水)	市保健センター	午後1時15分～1時45分	生後3カ月～7歳6カ月未満の乳幼児※四種混合を受けている乳幼児は対象になりません
不活化ポリオ予防接種	30日(水)	市保健センター	午後1時15分～1時45分	

問 市保健センター ☎ 26-2111 (内線221)、岩村保健センター ☎ 43-3885
※恵那南部地域(岩村、明智、串原、上矢作)の方は岩村保健センターに問い合わせください

献血 24日(木) 午前10時半～午後4時 ところ: 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	ところ	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	3日(木)	岩村保健センター	午前8時半～10時半
	15日(火)	明智保健センター	
	16日(水)	市保健センター	
	17日(木)	サンホールくしはら	
	22日(火)	山岡農村環境改善センター	
乳がん・子宮頸がん検診	3日(木)	岩村保健センター	午前8時半～11時
	15日(火)	明智保健センター	
	16日(水)	市保健センター	午前8時半～11時 午後1時～2時
	17日(木)	サンホールくしはら	
	22日(火)	山岡農村環境改善センター	
特定健診・若いひと健診・75歳到達者健診	31日(木)	市保健センター	午前8時半～11時 午後1時～2時
	4日(金)	恵那文化センター	
	9日(水)	岩村保健センター	
	18日(金)	山岡農村環境改善センター	
	22日(火)	恵那北小学校	
成人歯科相談・健診	24日(木)	明智保健センター	午前9時～10時半
	27日(日)	市消防防災センター	
	3日(木)	岩村保健センター	
	15日(火)	明智保健センター	
	16日(水)	市保健センター	
成人歯科相談・健診	17日(木)	サンホールくしはら	午前9時15分～11時
	22日(火)	山岡農村環境改善センター	
	31日(木)	市保健センター	

休日在宅当番医

休日在宅当番医は、恵那消防署へ問い合わせてください。 問 恵那消防署 ☎ 25-3799、☎ 26-0120