

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	持ち物 ①妊娠届出書②個人番号カードか、個人番号通知カードと運転免許証
	第1・3水曜日	岩村保健センター	午前9時～11時	岩村保健センターに要予約
たまご学級第3課	18日(金)	市保健センター	午後1時15分～	平成29年3・4月出産予定
たまご学級第4課	24日(木)			平成29年1・2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28年6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28年2・3月生まれ
	17日(木)	市保健センター	午前9時～9時15分	平成28年3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27年10月生まれ
	25日(金)	岩村保健センター	午前9時～9時15分	平成27年9・10月生まれ
1歳6カ月児健診	15日(火)	市保健センター	午後0時45分～1時	平成27年4月生まれ
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26年10月生まれ
	30日(水)	岩村保健センター	午前8時50分～9時15分	平成26年9・10月生まれ
3歳児健診	14日(月)	岩村保健センター	午後1時～1時15分	平成25年9・10月生まれ
	22日(火)	市保健センター	午後0時45分～1時	平成25年10月生まれ
乳幼児なんでも相談	11日(金)	明智コミセン	午前9時～11時	乳幼児
	25日(金)	市保健センター		
	28日(月)	岩村保健センター		
山岡、串原、上矢作会場の希望者は問い合わせください				
歯みがき教室	7日(月)	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
	1日(火)、2日(水)、4日(金)	市保健センター	午前9時～11時	
	18日(金)	明智コミセン		
	21日(月)	岩村保健センター		

市保健センター☎26-2111 (内線289)、岩村保健センター☎43-3885

成人健診(検診)

申し込みが必要です。

種別	とき	実施場所	受付時間	申し込み
胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診、肝炎検診	28日(月)～30日(水)	かみやばぎ総合保健福祉センター	午前9時～10時半	☎47-2211

予防接種

種別	とき	実施場所	受付時間	対象
BCG 予防接種	11日(金)	市保健センター	午後1時10分～1時25分	生後5～8カ月未満の乳児(1歳未満まで接種可能)
	16日(水)	岩村保健センター	午後2時半～2時45分	

献血 ☐とき 24日(水) 午前10時半～午後4時 ☐ところ 市役所会議棟

休日在宅当番医

休日在宅当番医は、県広域災害救急医療情報システムのウェブサイト (<http://www.qq.pref.gifu.lg.jp/>) で確認するか、恵那消防署 (☎25-3799、☎26-0120) へ問い合わせてください。

けんこう 健幸コラム

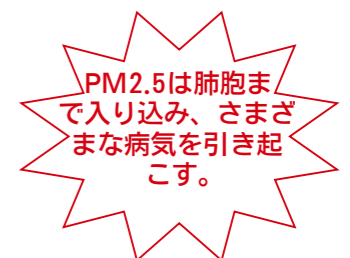
健やかに幸せな暮らしのために
連載・第16回

たばこの煙にも PM2.5

PM2.5とは大気中に漂う小さな小さな物質です。春先になると中国大陸から偏西風により日本まで届き、大気汚染で話題になるためよく耳にする言葉ではないでしょうか。PM2.5は石炭などの化石燃料や草木の燃焼、自動車の排ガスなどにより発生しますが、喫煙時のたばこの煙からも大量発生します。とても小さい物質であるため、肺の奥深く、肺胞といわれる小さな袋まで入り込み、ぜんそくや肺がんなど呼吸器系の病気のほか、循環器系への影響も指摘されています。

日本の環境基準では一日平均 $35 \mu\text{g}/\text{m}^3$ が上限とされており、その2倍の $70 \mu\text{g}/\text{m}^3$ になると外出を自粛するよう注意喚起されるレベルの値になります。現在は飲食店などでも分煙が進んでいますが、分煙されているお店の禁煙席でも仕切られたドアから煙が漏れ出て、外出を自粛しなければならない $70 \mu\text{g}/\text{m}^3$ 数値まで上がってしまうという報告も出されています。

海外からの大気汚染だけでなく、身近な思わぬところにも注意が必要です。



☎ 健幸まちづくり課 ☎26-2111 (内線333)