

※各センターを記号で表示しています。

各種集団健診・検診

と き	と ころ	内 容	託児	記号の説明
8月	27日(水) 長浜市保健センター	生、特、肝、大、子、骨、結	○	胃＝胃がん検診 大＝大腸がん検診 子＝子宮がん検診 骨＝骨粗しょう症検診 結＝結核健康診断 ※(リフト)＝リフトの付いた検診バスです。車イスのまま乗車できます。
	六角館(午後)	生、特、肝		
9月	28日(木) びわ保健センター	大		生＝生活習慣病健診 特＝長浜市国民健康保険特定健診 肝＝肝炎ウイルス検診 歯＝歯周疾患検診 ※長浜区域・浅井区域・びわ区域のどこの会場でも受けられます
	11日(木) 下草野公民館	胃、大、結		
	長浜市保健センター	歯(受付時間13:30～15:30)		
	12日(金) 田根公民館	胃、大、結		
	17日(水) 七尾公民館	胃、大、結		
	19日(金) 長浜市保健センター	生、特、肝、胃、大	○	
	サンパレス(午後)	生、特、肝		
	28日(日) 長浜市保健センター	生、特、肝、胃、大、子、骨、結(リフト)		
月	29日(月) 北部福祉ステーション	生、特、肝、胃、大、結		
	長浜市保健センター(午後)	生、特、肝		

※受付時間 平日9:15～11:00(結は平日11:15まで)、休日8:00～11:00、(午後)は14:00～15:30

※上記以外の日程・対象年齢・費用等詳しくは、『長浜市健康づくり日程表』をご覧ください。

※長浜市国民健康保険特定健診を受診される人は、必ず受診券と被保険者証を持って受診してください。

※市民税非課税世帯(特定健診は除く)、生活保護世帯の人は、無料で受診できます。受けたい健診(検診)日の2週間前までに健康推進課窓口へお越しください。

※リフト車による結核健康診断でリフトをご利用の場合は、事前に健康推進課までご連絡ください。

お知らせ



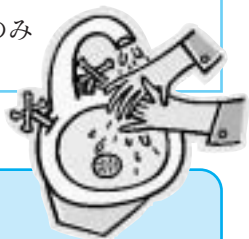
平成20年度長浜市健康づくり日程表の掲載内容に変更がありました。

3㉮ 休日総合検診の日程変更

9月7日(日)の総合検診は、総合防災訓練と日程が重なったため、9月28日(日)に変更します。希望される人は電話で健康推進課へお申込みください。

6㉮ 医療機関健診の変更

クリニック・ムライで受けられる健診内容が変更になります。
【変更後】生活習慣病健診のみ受けられます。



8月1日～31日までの1か月間は食品衛生月間です！

夏の暑い時期には、サルモネラや黄色ブドウ球菌などの食中毒をおこす細菌が増えやすくなり、全国的に食中毒事故が多発します。食中毒をおこす食べ物は、色や臭いで見わけることができませんので、次のことに十分気をつけて、食中毒を予防しましょう。

食中毒から身を守るポイント

1. 食品の購入：肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを購入しましょう。寄り道を控え、鮮度保持に注意しましょう。
2. 食品の保存：冷蔵庫や冷凍庫は日頃から温度管理を行いましょう。冷凍や冷蔵が必要な食品は、持ち帰った後すぐに冷凍庫や冷蔵庫に入れましょう。
3. 調理の下準備：生肉や魚などを扱った後は手洗いを十分行いましょう。まな板や包丁、スポンジなどは流水で十分に洗い、熱湯や漂白剤で消毒をしましょう。
4. 調理をするとき：加熱調理するときは中心部まで十分に熱がとおるように調理しましょう。特に食肉の生食は控えましょう。
5. 食事のとき：食卓につく前に手を洗いましょう。調理後はできるだけ早く食べるようにしましょう。後から食べる人の分は密封して冷蔵庫に保存しましょう。
6. 残った食品の取り扱い：時間が経ちすぎた食品は思い切って捨てましょう。

ほけんだよりに関するお問合せは、健康推進課(☎65-7779)へ。

乳幼児健診

(受付時間 13:10～14:00)

※12:00から受付名簿を出し、13:10から順にお呼びします。

健 診 名	対象児の生まれ	と き ・ と ころ		持 ち も の
		8 月	9 月	
4か月児健診	平成20年3月	浅22日(金)		母子健康手帳、質問票
	平成20年4月	浅22日(金) 長26日(火)	び19日(金)	
10か月児健診	平成19年9月	び25日(月)		母子健康手帳、質問票
	平成19年10月	長21日(木) び25日(月)	浅8日(月)	
	平成19年11月		浅8日(月) 長17日(水)	
1歳8か月児健診	平成18年12月1～15日	長19日(火)		母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ
	平成18年12月16～31日	長20日(水)		
	平成19年1月1～15日		長12日(金)	
	平成19年1月16～31日		長16日(火)	
2歳8か月児健診	平成18年1月1～15日		長9日(火)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ
	平成18年1月16～31日		長10日(水)	
3歳8か月児健診	平成17年1月1～15日		長2日(火)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ、尿
	平成17年1月16～31日		長3日(水)	

※4か月児健診・10か月児健診は、居住地域別に会場を指定して実施していますが、指定会場以外の保健センターで受けられる場合は、2日前までに居住地域の保健センターまでご連絡ください。

妊婦・乳幼児相談

(受付時間 9:30～11:00)

と ころ	と き	相 談 員
長浜市保健センター	8月28日(木)	保健師、助産師、看護師、
	9月25日(木)	栄養士、歯科衛生士など
浅井保健センター	9月16日(火)	保健師
びわ保健センター	9月5日(金)	保健師、栄養士

※2日前までに健康推進課へお申込みください。

個別予防接種

※予防接種法施行令等が改正されたのに伴い、新たに中学1年生と高校3年生に相当する年齢の人を対象に、麻しん・風しん予防接種を5年間限定で実施しています。

※11歳以上13歳未満(小学6年生)が対象の二種混合予防接種(ジフテリア・破傷風)は、個別接種実施医療機関で実施することになりました。

※料金は無料(年齢が対象外の人は実費)で、予約制となっています。直接医療機関にご予約ください。

※実施医療機関等詳しくは、『長浜市健康づくり日程表』をご覧ください。

9月の健康教室

「禁煙への動機づけについて」

【と き】9月11日(木) 13:30～

【ところ】長浜市民交流センター

【講 師】医療法人メディカルアート澤田医院
院長 澤田賢三 先生

【内 容】タバコによる健康被害、特に癌および慢性閉塞性肺疾患(COPD)との関連についてと、禁煙指導および禁煙補助剤について、スライド等を使用しながら解説します。

【お問合せ】湖北医師会(☎743707)



ちびっこひろば

と き：9月 2日(火)
16日(火)
9:30～11:30

ところ：びわ保健センター

対 象：0歳～就学までのお子さんと保護者
自由に遊びに来てください。身長・体重の計測もできます。



集団予防接種

(受付時間 13:10～14:30)

※12:00から受付名簿を出し、13:10から順にお呼びします。

BCG(結核)	対 象	生後3か月から6か月未満
	接種方法	※接種期間が短いので、三種混合やポリオの予防接種より先に受けましょう。
	と ころ と き	長8月29日(金)・9月30日(火)
母子健康手帳、体温計、予診票 (すこやか手帳内の予診票をお使いください。)		

脳いきいきトレーニング講座 －参加者募集中－

昔懐かしい歌を歌ったり、ハンドベルなどの楽器を合奏しながら、楽しく認知症予防について学ぶ講座です。

【対 象】長浜市にお住まいの60～75歳の人

【と き】9月から12月の間で全10回 13:30～15:30

【ところ】長浜東部福祉ステーション

【内 容】認知症予防についての講義、音楽を取り入れた認知症予防活動

【定 員】20人(応募多数の場合は抽選)

【申込期限】9月1日(月)

【お申込み】健康推進課(☎657779)

