

保健カレンダー

基本健診・前立腺がん検診・大腸がん検診・胃がん検診

月日(曜)	場所	受付時間	基本健診	前立腺がん検診	大腸がん検診	胃がん検診
7月10日(月)	北木島豊浦港	9:10~9:40			○	
7月10日(月)	北木島楠集会所	10:00~10:30			○	
7月10日(月)	笠岡諸島開発総合センター	10:40~11:40			○	
7月10日(月)	北木島金風呂港	13:10~13:50			○	
7月11日(火)	高島港	9:30~9:50			○	
7月11日(火)	白石島港	10:10~11:00			○	
7月11日(火)	真鍋島港	11:30~12:00			○	
7月11日(火)	六島港	13:30~13:50			○	
7月11日(火)	飛島港	14:10~14:30			○	
7月12日(水)	恵風荘	8:00~9:30				○
7月13日(木)	大井ハイランドホール	8:00~9:30	○	○	○	○
7月14日(金)	保健センター	8:00~9:30	○	○	○	○
7月18日(火)	保健センター	8:00~9:30	○	○	○	○
7月18日(火)	保健センター	13:30~14:30	○	○	○	
7月19日(水)	今井公民館	8:30~9:30	○	○	○	
7月20日(木)	神島公民館	8:00~9:30	○	○	○	○
7月21日(金)	外浦会館	8:00~9:30				○
☆7月23日(日)	保健センター	8:00~9:30	○	○	○	○
7月24日(月)	保健センター	8:00~9:30	○	○	○	○
7月25日(火)	大島小学校	8:00~9:30	○	○	○	○
7月26日(水)	城見公民館	8:30~9:30	○	○	○	
7月28日(金)	吉田公民館	8:00~9:30	○	○	○	○
8月1日(火)	大井公民館	8:00~9:30	○	○	○	○
8月2日(水)	神島外公民館	8:30~9:30	○	○	○	
8月2日(水)	六島港	8:30~9:15	○	○		○
8月3日(木)	真鍋島港	7:00~9:00	○	○		○
8月4日(金)	北木島大浦港	7:00~9:00	○	○		○
8月7日(月)	中央公民館	8:00~9:30	○	○	○	○
8月7日(月)	北木島楠港	8:30~9:30	○	○		○
8月8日(火)	高島港	7:00~9:00	○	○		○
8月9日(水)	金浦公民館	8:00~9:30	○	○	○	○
8月9日(水)	北木島豊浦港	8:30~9:30	○	○		○
8月10日(木)	金浦公民館	8:00~9:30	○	○	○	○
8月10日(木)	北木島金風呂港	8:30~9:30	○	○		○

※対象者…平成19年3月31日時点で40歳以上の入
(前立腺がん検診は50歳以上の男性)

※前立腺がん検診は、基本健診とセットになります。
※自己負担金は、広報かさおか6月号をご覧ください。
※肝炎ウイルス検査の追加は、別途自己負担金が必要です。(検査の対象者には問診時にお知らせします。)

☆7月23日の日曜健診は、予約者のみ受診可能です。

成人検診の問合せ…健康福祉課 ☎69-2101

日曜・休日当番表

【内科】

7月16日(日)	渡辺クリニック	62-2319
7月17日(祝)	木野山医院	67-0852
7月23日(日)	谷口クリニック	66-0517
7月30日(日)	安部医院	67-5112
8月6日(日)	斎藤内科消化器科	62-3356

【外科】

7月16日(日)	村上脳神経外科内科	69-2345
7月17日(祝)	市民病院	63-2191
7月23日(日)	鈴木医院	67-2315
7月30日(日)	守安胃腸科外科	62-2511
8月6日(日)	笠岡中央病院	62-5121

乳児健診

月日(曜)	場所	受付時間
7月20日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成18年3月生まれの人

1歳6カ月児健診

月日(曜)	場所	受付時間
7月27日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成16年12月生まれの人

3歳児健診

月日(曜)	場所	受付時間
7月13日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成15年4月生まれの人

子どもの健診の問合せ…子育て支援課

☎69-2132

健康づくり 行事・イベント案内

○マタニティ教室

初めて出産を迎えられるお母さんだけでなく、ずいぶん前に出産して忘れてしまったかな?という妊婦さんもお待ちしています。

とき…7月26日(水)13:30~16:00 (受付13:15~)

ところ…保健センター

内容…母乳指導・赤ちゃんのお風呂の入れ方実習

持ち物…母子健康手帳・運動のできる服装・筆記用具・タオル

申込期限…7月19日(水)

申込み…子育て支援課 ☎69-2132

※託児もありますので、お子様とご一緒での参加もどうぞ。

健康づくりー口メモ

♡♡♡心の健康づくり♡♡♡

現代社会では、家庭や学校・職場など日常生活の中でストレスを受けることも多く、心や身体に変調を来すことがよくあります。

十分な休養や睡眠をとって、好きな趣味に興じたり、親しい友人や家族とふれあうことが、一番の妙薬と言われています。

最近「気持ちが落ち込みがちだ」「なかなか疲れが取れない」「夜ぐっすり眠れない」などの症状は、心が発するSOSのサインかも知れません。



◎心の不調は早めに相談しよう

- ①一人で悩まずに、信頼できる家族や周りの人に相談しましょう!
- ②気になる症状があれば、気軽に市役所健康福祉課の保健師に相談しましょう!!
☎69-2133
- ③主治医や専門機関に相談しましょう!!!

◎井笠保健所では専門医が相談に応じています

*精神保健相談 (要予約)

毎月第1・第3金曜日13:30~

*思春期保健相談

毎月第3月曜日 14:00~

ご予約は ☎69-1675