

元気な赤ちゃん産んでね!

妊婦健診の助成

を拡大 5回 ▶ 14回

4月1日(水)から、市の妊婦健康診査の助成が5回から14回に増えます。

現在、妊婦健康診査受診券の交付を受けていて、出産予定日が4月1日以降の人は手続きが必要です。

対象の人には3月末までに個別通知で案内してありますので、手続きにお越しください。

通知の届かない人や伊豆の国市へ転入してきた人は健康づくり課までご連絡ください。

手続きする日の妊娠週数で受診票を交付しますので、お早めに手続きをしてください。妊婦健康診査受診券は、妊娠週数によって使用できる受診票が異なります。受診票を使用できる最大の妊娠週数は39週までです。

問合せ 健康づくり課 電話 0558 76 8012

受付期間 4月1日(水)~3日(金) 8:30~19:00

*4月6日(月)以降は、8:30~17:15

手続き先 健康づくり課(大仁庁舎)

持ち物 母子健康手帳
未使用の妊婦健康診査受診票
印鑑
妊婦健康診査受診票交付
申請書兼領収書

これで安心してあなたを産めるわ...



運動をしたことのない人も、現在運動習慣がある人も随時申し込みを受け付けます!

ウォーキング&エクササイズ教室

リズムウォーキングやエアロビクス、肩こり・腰痛・膝痛予防エクササイズ、筋力トレーニングなど。効果的な運動、どのくらいの強さで運動をするのが適切なのか...など、運動指導士が、運動の基礎知識も分かりやすく説明します。



とき 毎月1回火曜日 9:15~11:30(各期全6回)
第1期:大仁体育館 4月28日、5月18日(月)、6月23日、7月22日(水)、8月25日、9月29日
第2期:葦山保健センター 10月27日、11月24日、12月22日、1月26日、2月23日、3月24日(水)
持ち物 体育館シューズ、バスタオル、水分補給できるもの。運動のできる服装で。

注意事項 病院で治療を受けている人は、主治医の参加許可が必要です。血圧等の服薬をしている人は、必ず服用してきてください。

ぽっこりお腹どうにかしなくては...でもなかなか減量にふみだせないあなたのために

減メタエクササイズ教室

運動指導士による指導で運動習慣を身に付け、脱メタボ、シェイプアップに挑戦してみませんか?

「いつかは始めないと...」なんて思っている人、『いつか』は『今』です! 男性大歓迎!! 参加無料。

とき 毎月1回月曜日 19:00~20:00(全12回)
4月20日、5月18日、6月15日、7月13日、8月17日、9月14日、10月19日、11月16日、12月21日、1月18日、2月15日、3月15日

ところ 葦山保健センター
対象 18歳以上の市民で、運動習慣を身につけたい人
*病院で治療を受けている人は、主治医の参加許可が必要です。

定員 30人(先着順) 4月6日(月)~受付開始

ことばの発達やどもりが気になる、など言語聴覚士の先生と一緒に考えます

ことばの相談・教室

面接・検査・相談の中で、お子さんの現在の様子について説明し、家庭でのかかわり方など今後のことを言語聴覚士の先生と一緒に考えます。月1回開催しています、必ずご予約ください。

所要時間 相談:約1時間 教室(訓練):約30分間
ところ 葦山保健センター

対象 就学前で下記の心配のある子
言葉の発達が気になる(言葉が少ない、つながらない、会話ができない、友達と遊べない)
発音が気になる(赤ちゃん言葉になる、正しく発音できない、話すことに自信がない)
吃音(どもり)が気になる(言葉をくり返す、言葉を伸ばす、言葉が出にくい、消極的である)



保健師、栄養士が健康に関する悩みに答えます
市民ならだれでも申込み不要、無料

一般健康相談

血圧測定をしたい人、健診結果についての相談、更年期の相談等の健康に関する悩みがある人は、ぜひご利用ください。育児相談と同時に開催しています。

とき 毎月各保健センターで1回ずつ 9:30~11:30
【4月の日程】2日(木) 葦山保健センター
16日(木) 大仁保健センター
30日(木) 長岡保健センター
今後の日程は、広報差し込みカレンダーに毎月掲載していきます。

持ち物 健診結果の相談の場合は、健診結果

相談は随時受付中!

エイズ・B型肝炎・C型肝炎検査

ところ 東部保健所
東部保健所地域医療課

電話 055(920)2109

匿名・無料・要予約

エイズ検査(HIV抗体検査)

第一水曜日 十七時~十九時四十五分
第二火曜日 九時~十一時三十分
第三火曜日 十三時~十五時三十分
第四水曜日 九時~十一時三十分
感染の心配があつてから、三カ月以降に受けてください。
エイズ検査の結果は採血後約一時間半で分かります(確認検査が必要な場合、後日結果を説明)。

無料・要予約

B型肝炎検査(HBs抗体検査)

第一水曜日 十七時~十九時四十五分
第二火曜日 九時~十一時三十分
第三火曜日 十三時~十五時三十分
第四水曜日 九時~十一時三十分
エイズ検査、C型肝炎検査と同時に受検できます。

無料・要予約

C型肝炎検査(HCV抗体検査)

第二火曜日 九時~十一時三十分
第四水曜日 九時~十一時三十分
C型肝炎検査結果は一週間後に郵送します。

人間ドックで健康づくり 受診費用の一部助成

国民健康保険加入者の健康づくりと病氣予防のため、人間ドック受診者に費用の一部を助成します。

対象となる条件

- ・一年以上継続して伊豆の国市の国民健康保険に加入していること
- ・国民健康保険税(料)を完納していること
- ・平成二十一年四月一日現在で満三十歳以上七十五歳未満であること
- ・当該年度において助成を受けていないこと
- * 特定健診と人間ドックの両方を受けることはできません。
- * 七十五歳以上の人は後期高齢者医療制度で特定健診を受けてください。

受診できる病院等

- 長岡リハビリテーション病院
- 伊豆保健医療センター
- 東部メディカルセンター
- 中伊豆温泉病院
- 慶応義塾大学が瀬リハビリテーションセンター
- 国際医療福祉大学付属熱海病院

自己負担額 一万円(助成額二万九千二百円)

申込み期間 平成二十一年四月一日から

定員三百人に達するまで

申込み 国保年金課(伊豆長岡庁舎内)

大仁市民サービス課
葦山市民サービス課

* 国民健康保険証を持参して直接お申し込みください。申請後に受診日を決めます。
問合せ 国保年金課
電話 055(948)2905

ポリオ予防接種

対象 平成20年2月1日~平成21年1月31日生まれの子(案内を郵送します)

7歳6カ月に達していない子で、まだ2回接種が済んでいない子(通知しませんので、直接会場にお越しください)

持ち物 母子手帳、予診票
* 体温は会場で測ります。『予防接種と子どもの健康』を読んでから受けてください。

とき 4月22日(水)、5月12日(火)、
20日(水)、21日(木)、26日(火)、
27日(水)、28日(木)、6月3日(水)

受付時間 13:15~13:45

ところ 葦山保健センター



このページの申込み・問合せ 健康づくり課 電話 0558 76 8012、8013、8014