

# 市民健康カレンダー

# 5月

## 健康づくりは健診(検診)から!

年間の健診(検診)日程の冊子「健診(検診)カレンダー」をみながら、1年間の検診計画をたてましょう。

### 申込 基本健診 がん検診

申込・問い合わせ 保健センター	検診名	申込期間
信 楽	女性のがん検診	5月14日(月)~5月18日(金)
	いきいきセット検診	
	がんセット検診	

\* 申込受付時間 9時~17時(土日祝日除く)  
\* 実施時間および会場については健診(検診)カレンダーをご覧ください。

### 申込 病院で 実施する 検診

申込先	検診名	申込期間
水口市民病院	病院セット検診	受付中~12月7日(金)
紫香楽病院*	病院セット検診	5月7日(月)~10月26日(金)
指定医療機関	子宮がん検診	受付中~平成20年3月31日(月)
指定医療機関	骨粗しょう症検診	5月1日(火)~

\* 申込方法等詳しくは健診(検診)カレンダーをご覧ください。 ※ 独立行政法人国立病院機構紫香楽病院

## 献 血

実施日	会 場	200ml献血・400ml献血	成分献血	問い合わせ保健センター
24日(木)	土山開発センター	×	○	土 山
31日(木)	信楽開発センター	×	○	信 楽

## 問い合わせ

健康推進課	健康推進係 ☎ 65-0703 ☎ 63-4591	甲賀保健センター ☎ 88-6556 ☎ 88-6557
母子保健係	☎ 65-0704 ☎ 63-4591	甲南保健センター ☎ 86-5934 ☎ 86-5974
水口保健センター	☎ 62-5336 ☎ 62-5418	信楽保健センター ☎ 82-3113 ☎ 82-3138
土山保健センター	☎ 66-1105 ☎ 66-1564	

## 健康推進員だより

最近、食品に栄養成分表示がされているものが増えてきました。

食品購入のときに女性で約4割、男性で約2割の人が栄養成分表示を見ているという結果がでています。\*

私たちはバランスの良い食事について啓発をしています。食品を買う時は栄養成分表示を見て選ぶようにしましょう。

\* (滋賀の健康 栄養マップ調査より)

よく見て活用しましょう

## 栄養成分表示を知っていますか?



栄養成分  
エネルギー kcal  
たんぱく質 g  
脂肪 g  
炭水化物 g  
ナトリウム mg

問...健康推進連絡協議会事務局 (健康推進課内)  
TEL 65-0703 FAX 63-4591

## 乳幼児健診

事業名	実施日	実施保健センター	対象者
4か月児健診	18日(金)	甲 賀	H18.12~H19.1月生
	24日(木)	水 口	H19.1月生
	25日(金)	甲 南	H18.12~H19.1月生
	30日(水)	信 楽	H19.1月生
10か月児健診	16日(水)	水 口	H18.6月生
	18日(金)	甲 賀	H18.6~7月生
1歳8か月児健診	8日(火)	水 口	H17.9.1~9.14生
	15日(火)		H17.9.15~9.30生
	22日(火)	土 山	H17.8~10月生
2歳6か月児相談	23日(水)	甲 賀	H16.9~11月生
	30日(水)	水 口	H16.10月生
3歳6か月児健診	7日(月)	水 口	H15.10.1~10.18生
	11日(金)	甲 南	H15.9~10月生
	21日(月)	水 口	H15.10.19~10.31生
	23日(水)	信 楽	H15.9.1~11.15生

\*実施時間・内容・持ち物は、「健診・予防接種カレンダー」をご覧ください。

## 予防接種

事業名	実施日	実施保健センター(会場)	対象者
B C G	14日(月)	水 口	H18.11.16~H19.2.15生
	15日(火)	土 山	H18.11.17~H19.2.16生

\*信楽保健センターでは、4か月児健診と同日に実施します。

事業名	実施日	実施場所	対象者
ポ リ オ	9日(水)	甲南保健センター	H11.11.11~H19.2.10生
	10日(木)	水口社会福祉センター	H11.11.12~H19.2.11生
	11日(金)	甲賀保健センター	H11.11.13~H19.2.12生
	14日(月)	信楽保健センター	H11.11.16~H19.2.15生
	17日(木)	水口社会福祉センター	H11.11.19~H19.2.18生
	23日(水)	水口社会福祉センター	H11.11.25~H19.2.24生
	31日(木)	甲南保健センター	H11.12.2~H19.3.1生

## 乳幼児の教室

教室名	実施日	実施保健センター	対象者
産後教室	22日(火)	水 口	H19.3月生
	24日(木)	甲 南	

\*実施時間・内容・持ち物は「健診・予防接種カレンダー」をご覧ください。