

ヘルシーナの健康応援NAVI^{ナビ}



健康課
市役所内
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

健康応援健診を受けよう！

皆さん、健診を受けていますか？
田原市では、がん検診や特定健診、健康応援健診を実施しています。その中でも健康応援健診は、若いころから健康づくりに取り組んでいた方々のために、35～39歳の方に実施している健診です。

❖健康応援健診のメリット

①メタボチェックができる
身長、体重、腹囲、血圧、血糖、コレステロールなどを検査し、メタボリックシンドロームの判定ができます。また、高血圧症、糖尿病、脂質異常症など、ご自分の健康状態を知ることができます。



②尿検査や肝機能検査もあり、臓器の健康チェックができる
尿検査では、腎臓系の疾患を検査します。

③健診結果を知ることによって生活習慣病を予防できる
健診結果を見て、生活習慣の問題点を発見し、改善することで、生活習慣病を予防することができます。



バランスのよい食事
で食生活を改善



ウォーキングなどの運動で肥満を解消



❖健康応援健診の受診方法

対象者の方には、5月に市から「受診券」を郵送してあります。各医療機関の受付に提出し、受診してください。

●対象者 35～39歳で、会社などで健診を受ける機会のない方

●実施期間 12月末まで

●費用 無料

※受診券が届いていない方はご連絡ください。受診券を送付します。

いつまでも健康でいるために、まずは健診を受け、自分の健康状態をチェックしましょう。



●インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日（祝日を除く） 13:30～15:00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
離乳食教室（前期）	12月12日（水）9:50～10:00	田原福祉センター	5～6か月児とその保護者 離乳食講習と保育の話、歯の話など ※予約制
	12月19日（水）9:50～10:00	あつみライフランド	
育児相談	12月 3日（月）9:00～10:30	あつみライフランド	身体計測、育児・母乳・栄養相談（乳幼児対象） ※母乳相談は生後6か月まで（原則1回）
	12月14日（金）9:30～10:30	田原福祉センター	

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。（土・日・祝日を除く8:30～17:00）
※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

●休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。市役所☎22局1111（代表）

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
11月3日（土・祝）	津金医院	☎33局0222	11月25日（日）	永井医院	☎22局0227
	歯科尾崎医院	☎22局0684		田原歯科クリニック	☎23局1626
11月4日（日）	第2国見医院	☎23局2302	12月2日（日）	宮木内科	☎23局0232
	森下歯科医院	☎32局2700		岡田医院	☎37局0001
11月11日（日）	朽名医院	☎33局0162		まち眼科	☎22局2710
	山内歯科医院	☎23局1525		山本耳鼻咽喉科	☎24局4100
11月18日（日）	富永医院	☎23局1316	さんくろう歯科クリニック	☎33局1184	
	清栄歯科クリニック	☎33局0657	ふれあいばし診療所	☎29局2500	
11月23日（金・祝）	藤岡医院	☎32局1515	12月9日（日）	丸山医院	☎33局0313
	かわさき整形外科クリニック	☎22局7700		伊藤歯科医院	☎22局1104
	金田歯科医院	☎24局1800			

診療時間 医科☎9:00～17:00/歯科☎9:00～12:00
夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院☎22局2131