

健康情報

問 健康推進課
☎ 24-0816 FAX 24-5870

年に1回、胸部レントゲン検査を受けましょう

9月24日(木)～同30日(水)は結核・呼吸器感染症予防週間です。65歳以上の人の肺がん検診（胸部レントゲン検査）は結核健康診断を兼ねています。

対 40歳以上(令和9年3月31日時点)

¥ 600円（65歳以上は無料）

他 検査は予約制です。実施日などの詳細は、彦根市ホームページをご覧ください。

【HP番号：16242】

9月は「健康増進普及月間」

「1に運動2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠～健康寿命の延伸～」
(統一標語)

生活習慣病の特性や、運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性について、国民一人ひとりの理解を深め、さらに健康づくりの実践を促進するため、9月を「健康増進普及月間」とし、全国的に取組が実施されています。

市では、毎月19日を「食育の日」、21日を「健康づくりの日」として、食育推進や健康づくりの普及啓発に取り組みます。

【HP番号：2881】

よい睡眠から健康に！

心身の健康のために、質・量ともに十分な睡眠をとりましょう。

▶成人は睡眠時間は6時間以上、高齢者は寢床にいる時間が8時間以内を目安に、必要な睡眠時間を確保しましょう。生活習慣や睡眠環境を見直して、睡眠休養感を高めましょう。

▶小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間を参考に、睡眠時間を確保しましょう。朝は太陽を浴びて朝食を摂り、日中は運動をして、夜ふかしを習慣化しないようにしましょう。

消防だより

問 消防本部 予防課
☎22-0332 FAX22-9427

高齢者世帯防火診断を実施します

毎年、全国では住宅火災による死者のうち65歳以上の高齢者が7割以上を占めており、消防本部では秋の火災予防運動の一環として、高齢者を火災から守るため、高齢者世帯防火診断を実施しています。

防火診断では、職員が自宅を訪問し、電気やガスなどの火気の使用・取扱状況、住宅用火災警報器・消火器などの設置・維持管理状況などを診断し、**防火安全のアドバイスなどを無料**で行います。

高齢者のみで居住されている世帯で防火診断を希望される人は、直接電話などで申し込んでください。

問 消防本部 予防課
☎22-0332 FAX22-9427

9月9日は「救急の日」

救急医療と救急業務への正しい理解と認識を深めてもらうため、毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」と定め、救急医療の普及啓発運動を実施しています。

急病や交通事故などが発生したとき、救急隊が到着するまでの間、その現場に居合わせた人が速やかに応急手当を実施することで、命を救える可能性が高くなります。

応急手当に関する正しい知識と技術を身につけ、尊い命を救いましょう。

【救急フェアを開催します】

▶啓発ポスター、幼年消防クラブの絵画展示

🕒 9月4日(金)～同13日(日) 10:00～21:00
(初日のみ10:30～)

📍 ビバシティ彦根（竹ヶ鼻町）2階 みどりの広場

▶救急広報イベント「ドクターヘリ飛来」

🕒 9月6日(日) 10:30～12:30

📍 (株)平和堂本部（西今町）および駐車場

※ドクターヘリ飛来は11:00から12:00の予定。
災害発生や天候などにより中止となることがあります。

問 消防本部 警防課 ☎ 22-0337 FAX 22-9427



▲京滋ドクターヘリ

1歳のお誕生日おめでとう！



はのん
善利 華音 ちゃん
(駅東町)



とよき
辻 豊喜 ちゃん
(新海町)



ひゅうが
小田垣 彪雅 ちゃん
(日夏町)



ひなり
松葉 緋成 ちゃん
(城町二丁目)



おうり
中嶋 逢力 ちゃん
(松原二丁目)



さきな
太田 咲椰 ちゃん
(長曾根南町)



かなと
北村 奏翔 ちゃん
(大敷町)



しおり
北島 汐織 ちゃん
(高宮町)



わかな
三谷 和奏 ちゃん
(堀町)

10月に1歳になる赤ちゃんの応募期限は9月7日(月)です

①赤ちゃんの氏名（ふりがな）②生年月日 ③保護者氏名
④住所 ⑤電話番号を記載し、写真を添付の上、メールにてご応募ください。
▶宛先 koho@ma.city.hikone.shiga.jp



◀応募はこちらから
メール作成画面が
立ち上がります

※応募日から2営業日以内に返信がなければ、受付できていない場合がありますのでご連絡ください。



顔を正面に向け、顔周りには十分な余白を作ってください。

問 広報戦略課
☎ 30-6103 FAX 22-1398



家庭・子育て 相談窓口



◀子育て中の保護者はもちろん、家庭や学校生活に悩む若者や、日々の生きづらさを感じる人など、幅広く相談窓口を設けています。お気軽にご相談ください。