

相談(7月)

種別	日	時間	場所	問い合わせ
行政相談	7日(火)	午前9時～正午	市役所3階会議室	岡山行政監視行政相談センター ☎086-224-1100
	9日(木)	午前9時～正午	吹屋連絡所	
なやみごと相談	7日(火)	午前9時～正午	市役所3階会議室	岡山地方法務局高梁支局 ☎22-2318
法律相談(要予約)	7日(火)・14日(火)・ 21日(火)・28日(火)	午後1時～4時10分	高梁総合福祉センター	岡山弁護士会(☎086-234-5888)へ 事前に予約をして、協働定住課へ無 料券を申請してください。(市民のみ・ 年2回まで) 協働定住課☎21-0254
司法書士相談	10日(金)	午前10時～正午	有漢保健センター	岡山県司法書士会倉敷支部高梁地区 ☎22-7906
		午前10時～正午	備中地域局2階会議室	
	15日(水)	午後2時～4時	イズミゆめタウン(2階文化教室)	
	31日(金)	午前10時～ 午後3時	市役所1階休憩スペース(自販機前)	岡山県土地家屋調査士会備北支部 ☎21-2077
種別	日	時間	場所	問い合わせ
高梁税務署面接相談 (要予約)	1日(水)・15日(水) ※相続・贈与・譲渡所得に関する相談 は税務署へお問い合わせください。	午前9時～午後4時	高梁税務署	高梁税務署 ☎22-2546

子どもの健診(7月)

種別	対象(生まれた年・月)	日	時間	場所	問い合わせ
乳児健診	令和7年10月・令和8年3月	15日(水)	4ヵ月児 午後0時30分～0時45分 9ヵ月児 午後0時50分～1時5分	高梁保健センター	健康づくり課 ☎21-0228
1歳6ヵ月健診	令和6年11月～12月	8日(水)	午後0時30分～1時15分 (受付)		
2歳6ヵ月健診	令和5年11月～12月	16日(木)	午後0時30分～1時15分 (受付)		

子育て支援・健康相談(7月) ※全て予約が必要です

種別	日	時間	場所	問い合わせ
ゆう・ゆうタイム (お星さまにお願い)	3日(金)	午前10時～11時30分	子育て支援センター (高梁こども園 1階 東側)	子育て支援センター ☎22-2450 こども未来課 ☎21-2666
赤ちゃんタイム	14日(火)・31日(金)	午前10時～正午		
ゆうゆう講座 子どもの事故防止・救急法	8日(水)	午前10時～11時30分		
ハッピー♡サタデー	11日(土)	①午前9時～正午 ②午後1時～4時	成羽こども園 子育て支援室	
なりわで“ゆう・ゆう”	2日(木)・16日(木)・ 30日(木)	①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時		
にこにこ相談	13日(月)・27日(月)	午前10時～午後4時	子育て支援センター	健康づくり課 ☎21-0228
育児相談	22日(水)	午前10時～正午		
エイズ・性感染症検査／B・C 型肝炎検査／骨髄ドナー検査登 録	28日(火)	午後1時～2時	備北保健所	備北保健所 ☎21-2836
病態栄養相談	9日(木)	午前10時～11時		
思春期・ひきこもり相談	10日(金)	午後2時～4時		
こころの健康相談	17日(金)	午後2時30分～4時30分		



健康づくり応援通信

健康づくり課 ☎21-0267

生活習慣病の重症化を防ぐためにも健診を受けましょう！

特定健診(40～74歳)・後期高齢者健診(75歳以上)は、生活習慣の乱れなどが原因で発症する生活習慣病の予防・改善を目的とした健診です。体の状態を数値で把握して、健康づくりに役立てましょう。毎年受けるからこそ健康状態がはっきり見えてきます。

6月から始まる国民健康保険の特定健診は500円、後期高齢者健診は100円で受診できます。次のような方も健診を受けましょう。



1 持病で医療機関へ通院している人

▶特定健診は全身の健康状態を診ています。治療に必要な検査だけでは体の異変に気づかない場合もあります。かかりつけ医と相談し、必要な場合は特定健診を受けましょう。

2 具合が悪くなってから受診したら良いと思う人

▶症状が出てきたら重症化のサインです。健診で健康状態を把握して健康な体で病気を未然に防ぎましょう。



3 忙しくて健診を受けに行く時間がない人

▶毎年1日を健診の日に充てて、病気の兆候の発見や早期治療につなげましょう。病気が重症化してからでは、治療費も時間も多くかかります。

受診できる期間 令和8年6月1日(月)～令和9年2月27日(土)

※受診券は、5月下旬に市から対象となる人へ届いています。

※すべての検診が半日で受けられる総合検診は、予約制です。

詳しくは、広報たかはし4月号と一緒に配布している「検診ガイドブック」をご覧ください。



成羽病院通信

成羽病院 ☎42-3111

CKD(慢性腎臓病)をご存じですか？

検査室 室長 石田 雅美

日本の成人の約8人に1人が患っているとされる【CKD(慢性腎臓病)】。

初期はほとんど自覚症状がありませんが、放置すると腎臓の機能が徐々に低下し、将来的に人工透析が必要になったり、心筋梗塞のリスクが高まったりする怖い病気です。

発見のカギは毎年の健康診断です。

血液検査(クレアチニン値・eGFR)や尿検査(尿タンパク)で腎臓の健康状態をチェックしましょう。

CKDを引き起こす大きな原因は、高血圧、糖尿病、脂質異常症といった「生活習慣病」や、肥満、喫煙、加齢などです。

日頃から「減塩」や「適度な運動」を心がけ、数値に異常があった場合は放置せず、早めにかかりつけ医に相談しましょう。

成羽病院からのお知らせ

今年度から、第2・第4木曜日に夕方診療を開始しています。

診療日【7月】9日、23日 【8月】13日、27日

時間 診察終了 午後7時(受付終了 午後6時30分) 受付 正面玄関1階窓口(診察は救急診察室)

※診察前に事前にご連絡ください。