

健康診査

●こどもの健康診査

乳幼児健康診査や離乳食相談会の日程は、市ホームページまたは上越市子育て応援ステーションホームページで確認してください。



上越市子育て応援ステーション

●成人の健康診査、各種がん検診

年に一度は健(検)診を受け、自分の体の状態を確認しましょう。

健(検)診を受診するためには、事前予約が必要です

- インターネット予約…「上越市健康診査・がん検診予約システム」から
- 電話予約



上越市健康診査・がん検診予約システム

- ・上越医師会館または妙高健診室で受診を希望＝上越医師会（平日午前9時～午後4時、☎025-521-0507）
- ・公民館や体育館などの会場での受診またはレディース検診の受診を希望＝健診予約専用ダイヤル（平日午前8時30分～午後5時15分、☎025-521-6231、6233）または各総合事務所

●健康診査の結果説明会（事前予約制）

自分自身の体の状態を理解するため、健診結果の見方を説明しています。

☎健康づくり推進課（☎025-520-5842）



健康づくりポイント応募サイト

●健康づくりポイント事業に参加しましょう

健康診査やがん検診の受診、自身の健康管理や健康づくりに関する講座などに参加し、15ポイント以上貯めて応募すると、応募者全員に市温浴施設などの入浴券または地産地消推進店の利用券をプレゼントしています。

☎健康づくり推進課（☎025-520-5712）

11月の献血バスの日程



実施日	受付時間	会場
2日⊕ 21日⊕ 28日⊕	10:00～12:00 13:30～16:00	イオン上越店 (毎月第1火曜日と第3・4日曜日に実施)
18日⊕	10:00～11:30	株式会社S I C桑原
18日⊕	13:30～15:30	えちご上越農業協同組合本店
20日⊕	10:00～12:00 13:30～15:30	直江津ショッピングセンター・エルモール

☎問合せ…健康づくり推進課（☎025-520-5712）

11月9日、1月19日は「119番の日」

～あわてず・はっきり・正確に！～

119番は、火災・救急・救助の緊急時専用ダイヤルです。皆さんの正しい通報が迅速で的確な消防活動につながります。

●適正な119番通報をお願いします

緊急通報を受け付けできない可能性がありますので、災害情報などの問合せには119番を使用せず、音声案内（☎0180-99-2220）をご利用ください。



●119番への通報のポイント

安全な場所から、次の内容について、落ち着いて伝えてください。

- ① 「火災」か「救急」か、「それ以外」の災害か

- ② 災害が起きている場所、近くが目印になる建物、公園、橋など
- ③ 何が（誰が）どうしたのか、状況をできるだけ詳しく
- ④ 通報者の名前と電話番号

※状況の確認を行うため通報者へ電話をかけ直す場合があります。

●救急車が到着するまでに

傷病者の状態に応じて、心臓マッサージや止血などの「応急手当」をお願いする場合があります。電話で「応急手当」の方法を説明しますので、大切な命を守るため、ご協力をお願いします。



☎問合せ…上越地域消防局指令統制課（☎025-545-0228）

市民の声を聴くポストを設置しています

市では、皆さんからの市政に関する意見や提案を受け付けています。郵送、電子メール（✉j-talk@city.joetsu.lg.jp）でも受け付けます。

☎市役所木田第1庁舎総合案内所、各総合事務所、南・北出張所、市民プラザ、高田図書館、オーレンプラザ、直江津学びの交流館、教育プラザ、市役所木田第1庁舎時間外受付

※いただいた意見や提案に回答するため、住所（番地まで）、氏名（フルネーム）を必ず記入してください。記入された個人情報、市民の声ポストの業務以外には使用しません。

●市民の声を聴くポストに寄せられた意見の一部を紹介します

意見 市役所木田第1庁舎にある多目的トイレのベビーシートの横に、非常用ベルの引きひもがあり、子どもが引いたりなめたりしてしまうので、改善してほしい。

回答 ベビーシート横にある非常用ベルの引きひもを下へ伸ばし、赤い球を幼児の手の届かないところとしました。

☎問合せ…広報対話課（☎025-526-5111、内線1507）