

保健センターの教室など

全地域 ぱくぱくキッチン

- *対象 / 2歳以上の未就園児と保護者
- *とき / 12月8日(火) 午前9時45分～11時(受付:午前9時30分～)
- *ところ / 大垣市保健センター
- *内容 / 親子でおやつを作る
- *定員 / 12組(先着順)
- *持ち物 / エプロン、三角巾、手拭き用タオル、飲み物
- *申込 / 11月20日から、同センター(☎75-2322)へ



- *申込 / 11月20日から、同センター(☎75-2322)へ

全地域 離乳食<中期～後期> ひよこステップ学級

- *対象 / 7～10か月児の保護者
- *とき / 12月3日(木) 午前10時～11時(受付:午前9時45分～)
- *ところ / 大垣市保健センター
- *内容 / 離乳食の進め方・育児に関する相談会
- *持ち物 / 母子健康手帳
- *問合せ / 同センター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

- *とき / 12月2・9・16日 いずれも水曜日の午前9時～正午(受付:11時まで)
- *ところ / 大垣市保健センター
- *持ち物 / 母子健康手帳
- *申込 / 歯科・運動についての相談は、同センター(☎75-2322)へ要予約



大垣・墨俣地域 ひよこ学級

離乳食
<前期>

- *対象 / 5～6か月児の保護者
- *とき / 12月7日(月) 午前10時～正午(受付:午前9時45分～)
- *ところ / 大垣市保健センター
- *内容 / 離乳食の進め方・試食、事故予防の話、育児指導など
- *定員 / 30組(先着順)
- *持ち物 / 母子健康手帳

電話健康相談

健康のお悩み お聴きします

岐阜県保険医協会は、電話での医療相談「電話健康相談」を11月29日に行います。

日頃気になっている健康のことや病気の悩みごとなど、お気軽にご相談ください。県内で開業している保険医協会会員の医師が相談に応じます。

- *とき / 11月29日(日) 午前10時～正午
- *受付電話番号 / 岐阜県保険医協会(☎058-267-0711)

- *相談内容 / 健康や病気の悩みなど ※歯科領域の相談を除く



全地域 糖尿病予防教室

- *対象 / 検査で参加を勧められた人、糖尿病に関心のある人
- *とき / 12月5・12日 いずれも土曜日の午前9時～正午
- *ところ / 大垣市保健センター
- *内容 / 糖尿病の説明、栄養指導、予防食の調理実習、運動実技など
- *定員 / 25人(先着順)
- *参加料 / 510円(材料費)



- *持ち物 / エプロン、三角巾、運動服、タオル、飲み物
- *申込 / 11月26日までに、同センター(☎75-2322)へ

全地域 健康講座

- *とき / 12月3日(木) 午後1時30分～2時30分
- *ところ / 大垣市保健センター
- *内容 / 医師による「高齢者が気をつけたい病気について」と題した講話
- *問合せ / 同センター(☎75-2322)へ

大垣・上石津・墨俣地域 健康相談

- *内容 / 生活習慣病の予防、こころの病などに関する相談

- *申込 / 「一般相談」の理学療法士・歯科衛生士・栄養士による相談と、「こころの相談」の精神保健福祉士による相談は要予約

内容	とき	ところ・問合せ
一般相談	12/1(火)・15(火) 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	12/15(火) 9:00～11:00	上石津保健センター(☎45-2933)
	12/22(火) 13:00～15:00	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談	12/8(火) 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)

血糖値を検査

薬局で健康測定

大垣薬剤師会は、健康づくりを支援するため、下表の薬局で、簡易血液測定を行います。

同測定では、簡単に血液中の血糖値を調べることができます。お気軽にご利用ください。

- *実施期間 / 11月～平成28年1月 ※日時によっては対応できない場合があります
- *内容 / 簡易血液測定(HbA1c)
- *問合せ / 大垣薬剤師会事務局(藤江調剤薬局内、☎78-6666)へ

ところ	問合せ
おおはし薬局(郭町)	☎81-6197
ケンコー薬局(楽田町)	☎81-6223
しまざと調剤薬局(島里)	☎87-2070
すずの木薬局(桧町)	☎93-3520
三笠堂薬局(林町)	☎78-2341
三和薬局(新田町)	☎89-1885
ユタカ薬局大垣旭町(旭町)	☎83-7650
ラブダイイチ東薬局(東町)	☎77-6001

地域医療構想 タウンミーティング

県は、将来にわたり適切な医療・介護が受けられるよう、「地域医療構想」を策定する予定です。今回の策定に当たり、限りある医療資源を有効に活用できるよう、皆さんの意見を反映するため、タウンミーティングを開きます。

- *とき / 12月26日(土) 午後1時30分～3時30分
- *ところ / 岐阜県図書館 多目的ホール
- *内容 / 同構想の内容説明、意見交換
- *定員 / 200人
- *問合せ / 県健康福祉政策課(☎058-272-8260)へ

介護 予防 教室



とき	ところ	テーマ	問合せ・申込先	申込	参加料
11/25(水) 13:30～15:00	中川ふれあいセンター	ヨガ②「リラックスして心身をすこやかに保ちましょう」※ヨガマットまたはバスタオルを持参	中川在宅介護支援センター ☎82-8850	不要	無料
11/25(水) 13:30～14:30	墨俣老人福祉センター	正しい姿勢	総合在宅介護支援センター ☎77-2255	不要	無料
11/25(水) 14:00～15:00	大東グループホーム(東前)	みんなで楽しくらくらく体操	大東在宅介護支援センター ☎82-2812	不要	無料
11/26(木) 10:30～12:00	お勝山ふれあいセンター	減塩おせちで元気に正月を迎えよう	お勝山在宅介護支援センター ☎71-2252	要	390円
11/28(土) 13:30～15:00	友和苑(入方3)	レクリエーション	友和苑在宅介護支援センター ☎88-1567	不要	無料
12/2(水) 13:30～15:00	サットヴァの園(多芸島)	歌って、笑って、体も動かして	サットヴァの園 ☎88-1775	不要	無料