

保健センターの教室など

全地域 もうすぐパパママ教室

- *対象/妊娠6～8か月の妊婦と家族
- *とき/7月23日(土) 午前9時15分～正午(受付:午前9時～)
- *ところ/大垣市保健センター
- *内容/赤ちゃんのお風呂の入れ方、ミルクの作り方、妊娠シュミレーターを使った妊婦疑似体験、コミュニケーションの取り方など
- *定員/30家族(先着順)

*申込/7月4日から、同センター(☎75-2322)へ

上石津・墨俣地域 乳幼児相談

- *対象/乳幼児を持つ保護者
- *とき/①7月19日(火) 午前9時～11時 ②7月26日(火) 午前9時～11時
- *ところ/①墨俣保健センター ②上石津保健センター
- *持ち物/母子健康手帳
- *問合せ/①墨俣保健センター(☎62-3112)、②上石津保健センター(☎45-2933)へ

介護予防教室

- ▶歌って若返り
 - ◇とき/7月15日(金) 午後1時30分～3時
 - ◇ところ/老人保健施設西濃(藤江町)
 - ◇問合せ/老人保健施設西濃在宅介護支援センター(☎73-4007)へ
- ▶シナプソロジー(脳活性化)と運動療法
 - ◇とき/7月15日(金) 午後1時30分～3時
 - ◇ところ/くすのき苑(多芸島)
 - ◇問合せ/同施設(☎89-8100)へ

▶ヨガから学ぼう～美しい姿勢と老化防止～

- ◇とき/7月20日(水) 午後1時30分～3時
- ◇ところ/中川ふれあいセンター(中川町)
- ◇持ち物/ヨガマットまたはバスタオル
- ◇問合せ/中川在宅介護支援センター(☎82-8850)へ



▶健口体操～いつまでもおいしく食事をするために～

- ◇とき/7月23日(土) 午後1時30分～3時
- ◇ところ/友和苑(入方)
- ◇問合せ/友和苑在宅介護支援センター(☎88-1567)へ

酒害 相談

- ◎とき/7～9月の毎月第1水曜日 午後7時～9時
- ◎ところ/総合福祉会館
- ◎内容/アルコール依存に関する相談
- ◎問合せ/岐阜県精神保健福祉センター(☎058-231-9724)へ



ジフテリア 破傷風 予防接種

6月下旬に、市内在住の小学6年生を対象に、予診票と医療機関一覧などを送付しました。接種する医療機関へ事前に連絡のうえお出かけください。

*接種期間/7月1日(金)～8月31日(水)

- *接種場所/市が委託した医療機関
- *持ち物/予診票、母子健康手帳、健康保険証など住所が確認できるもの
- *問合せ/大垣市保健センター(☎75-2322)、上石津保健センター(☎45-2933)、墨俣保健センター(☎62-3112)へ

肝炎ウイルス検査を受けましょう



7月28日は「日本肝炎デー」

7月28日はWHOが定めた「世界肝炎デー」です。日本においても、同日を「日本肝炎デー」と定め、肝炎についての様々な啓発活動を行っています。

肝炎の症状

肝炎とは、肝臓の細胞に炎症が起こり、肝細胞が壊される病気で、徐々に肝臓の機能が失われていき、肝硬変や肝がんに至ることもあります。日本では現在、慢性肝炎ウイルス感染者(B型・C型肝炎)が300～370万人いると推測されています。

検査を受けましょう

肝炎ウイルスに感染しても、早期発見し、適切な治療を受けることで、深刻な症状への進行を防ぐことができます。大垣市でも肝炎ウイルス検査を実施しています。ぜひ検査を受け、自分の肝臓の状態を知りましょう。詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

40歳を迎えたら、骨粗しょう症検診を!

人間の骨量は、40歳を過ぎた頃から減少し始めます。自分自身の骨量を知り、『貯骨』ができる生活を送りましょう。

<市内医療機関での骨粗しょう症検診>

- *対象/市内に住民登録がある40～70歳の女性
- *受診期間/10月31日(月)まで実施中
- *受診場所/市が委託した市内の41医療機関(市HPに一覧を掲載)
- *受診料/500円
- *受診方法/10月20日までの平日に、大垣市保健センター(☎75-2322)、上石津保健センター(☎45-2933)、墨俣保健センター(☎62-3112)のいずれかへ申し込み後に、医療機関で受診



マタニティ 歯科健康診査

妊娠中は口腔の状態が変化するため、むし歯や歯周病などが起きやすくなります。歯周病が進行すると、早産や低出生体重児の出産を引き起こすとも言われています。安定期に入り、体調のよいときに早めに歯の健康診査を受けましょう。

- *対象/受診時に市内に住民登録がある妊婦
- *受診期間/母子健康手帳を配布した日から出産までの期間(妊娠中1回のみ)
- *受診場所/市が委託した市内74の歯科医療機関(市HPに一覧を掲載)
- *受診料/300円
- *持ち物/マタニティ歯科健康診査票、母子健康手帳、健康保険証
- *受診方法/歯科医療機関へ事前に電話予約のうえ受診
- *備考/健診のみで治療やレントゲン検査は行いません
- *問合せ/大垣市保健センター(☎75-2322)へ

市民病院 公開講座



- *とき/7月30日(土) 午後1時20分～3時
- *ところ/大垣市民病院管理棟5階講堂
- *内容/市民病院乳腺外科や呼吸器内科の医師らによる「『がん』になっても輝いて暮らしていくために」と題した講演
- *問合せ/同病院庶務課(☎81-3341 内線6135)へ

7月は「愛の血液助け合い運動」月間

※ 全会場 400ml限定

今年も「愛の血液助け合い運動」が、7月1日から31日まで全国一斉に行われます。病气やけがで苦しむ患者さんの命を守るため、献血のご

協力をお願いします。

*対象/男性は17～69歳、女性は18～69歳の健康な人(65歳以上の方は、60～64歳に献血経験が必要)

と き	と ころ
7月10日(日) 9:30～12:00 13:15～16:00	アルプラザ鶴見(鶴見町)
7月14日(木) 9:45～12:00 13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
7月18日(月・祝) 9:30～12:00 13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)