

### 保健センターの教室など

#### 全地域 ひよこ学級

離乳食<前期>

- \*対象/5~6か月児を持つ保護者
- \*とき/10月6日(木) 午前10時~11時45分(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
- \*申込/9月20日から、同センター(☎75-2322)へ



#### 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/10月7日(金) 午前9時30分~11時(受付:午前9時15分~)
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/親子で簡単なおやつを作る
- \*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/9月20日から、同センター(☎75-2322)へ

#### 全地域 ひよこステップ学級

離乳食<中期>

- \*対象/7~10か月児と保護者
- \*とき/10月3日(月) 午前10時~10時45分(受付:午前9時50分~)
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/離乳食の進め方・相談会
- \*問合せ/同センター(☎75-2322)へ

#### 大垣地域 乳幼児相談

- \*とき/10月5・12・19・26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
- \*内容/育児や発育などの相談
- \*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・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	10/4(火)・18(火) 9:00~11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	10/18(火) 9:00~11:00	上石津保健センター(☎45-2933)
	10/13(木) 9:00~11:00	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談	10/11(火) 9:00~11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	10/24(月) 9:00~11:00	南部子育て支援センター ※予約は、大垣市保健センターへ

### 8020運動 よい歯の高齢者を募集

西濃口腔保健協議会は、「8020運動」の一環として、よい歯の高齢者を募集します。

80歳以上で20本以上の歯をお持ちの人は、お気軽にご応募ください。優秀者は、11月27日の表彰式で表彰します。



- ◆対象/次の条件をすべて満たす人。①昭和10年12月1日~昭和11年11月30日生まれの人(該当者には、はがきでお知らせします)、または、昭和10年11月以前生まれの人で過去に表彰を受けていない人 ②20本以上自分の歯があり、十分噛める人 ③健康な人(表彰式に出席できる人)



- ◆応募方法/9月23日(金)~10月6日(木)に、西濃地域の指定歯科医院で歯科健診を受ける(健診は無料)
- ◆問合せ/大垣市保健センター(☎75-2322)へ

### 学んで守る! 介護予防教室

#### 認知症予防

- ◆とき/9月24日(土) 午後1時30分~3時
- ◆ところ/友和苑(入方)
- ◆問合せ/同施設(☎88-1567)へ

#### 筋力・柔軟性を高める方法

- ◆とき/9月28日(水) 午後1時30分~2時30分
- ◆ところ/墨俣老人福祉センター(墨俣町上宿)
- ◆問合せ/大垣市総合在宅介護

支援センター(☎77-2255)へ

#### 認知症とは?

- ◆とき/10月5日(水) 午後1時30分~2時30分
- ◆ところ/上石津老人福祉センター(上石津町牧田)
- ◆問合せ/大垣市総合在宅介護支援センター(☎77-2255)へ



### 高齢者 インフルエンザ予防接種

10月15日から、高齢者を対象としたインフルエンザ予防接種を開始します。市が委託した医療機関で、期間中に1回受けることができます。

詳しくは大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

- ◆対象/大垣市に住民登録されている65歳以上の希望者 ※ただし、60歳以上65歳未満の心臓、腎臓または呼吸器の機能に重い障がいのある人(身障1級に相当)で希望する人も含む
- ◆接種期間/10月15日(土)~12月31日(土)
- ◆接種料/1,700円(生活保護世帯・中国残留邦人の人は、事前に印鑑を持って保健センターで手続きすれば、無料になります)
- ◆申込/直接、市が委託した医療機関(10月1日から市HPに掲載。また、10月1日号の班回覧のチラシに掲載)へ ※市外のかかりつけ医で接種希望の人は大垣市保健センターへお尋ねください



### 9/24~9/30 結核予防週間

結核は過去の病気だと思われがちですが、日本では現在でも、毎年約2,000人以上が亡くなっている恐ろしい病気です。



ただし、早期に発見すれば、治療は短期間で済みます。

次のような症状がある場合は、すぐに検査を受けましょう。

#### <結核の主な症状>

- せき・たんが2週間以上続く
- 胸に痛みがある
- 体重の減少が続く
- 微熱が続く
- 体がだるい

#### 結核・肺がん 検診

- ◆対象/【結核検診】65歳以上の人 【肺がん検診】40歳以上の人 【喀たん検診】50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の人または、40歳以上で6か月以内に血たんのあった人
- ◆とき/10月16日(日) 午前10時~午後3時
- ◆ところ/大垣城ホール
- ◆受診料/無料(喀たん検診のみ500円)



問合せ 大垣市保健センター(☎75-2322)へ