


保健センターの教室など

大垣地域 乳幼児相談

- *とき / 4月5・12・19・26日
いずれも水曜日の午前9時～11時
- *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

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 / 4月4日(火) 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 / 3月16日から、同センター(☎75-2322)へ

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 / 4月10日(月) 午前10時～午後2時30分
- *ところ / 大垣市保健センター

ター(☎75-2322)へ

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 / 4月3日(月) 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人(先着順)
- *持ち物 / 母子健康手帳
- *申込 / 3月16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か月児を持つ保護者
- *とき / 4月6日(木) 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

- *内容 / 栄養指導、調理実習、運動実技など
- *定員 / 20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 / 3月16日から、同センター(☎75-2322)へ

4月▶6月

武道館トレーニングセンター エアロビック & ヨーガ教室

- ◆定員 / 各50人(抽選。Gコースのみ30人)
- ◆受講料 / 各5,000円 ※受講料は、キャンセルしても返却されません
- ◆申込 / 3月25日(消印有効)までに、往復はがきに希望コース名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入し、武道館(〒503-0847 米野町2-1-1)へ郵送または持参
- ◆備考 / 受講者は当日にトレーニングセンターを無料で利用できます。各コースとも1回に限り受講体験ができます(参加料500円、当日申込)
- ◆問合せ / 武道館(☎88-2550)へ

コース名	(★は運動強度)	とき	※いずれも全10回
A(バレトン)	★★	4/10～6/19 月	11:00～12:00
B(リラックスヨーガⅢ)	★	4/10～6/19 月	19:00～20:15
C(レギュラーエアロ)	★★★	4/12～6/21 水	19:00～20:00
D(エンジョイエアロ)	★★	4/13～6/22 木	11:00～12:00
E(リラックスヨーガⅠ)	★	4/14～6/23 金	10:45～12:00
F(リラックスヨーガⅡ)	★	4/14～6/23 金	19:00～20:15
G(シェイプアップステップ)	★★	4/8～6/24 土	13:00～14:00
H(シェイプアップエアロ)	★★	4/9～6/25 日	11:00～12:00

介護 予防 教室


▶生活の中に運動を取り入れましょう

- ◆とき / 3月22日(水) 午後1時30分～3時
- ◆ところ / 中川ふれあいセンター
- ◆問合せ / 中川在宅介護支援センター(☎82-8850)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」は要予約 

内容	とき	ところ・問合せ
一般相談	4/4(火)・18(火) 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)
	4/18(火) 9:00～11:00	上石津保健センター(☎45-2933)
	4/13(木) 9:00～11:00	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談	4/11(火) 9:00～11:00	大垣市保健センター(☎75-2322)

健康診査を受けましょう

市は、次のとおり健康診査を実施します。健康診査で、病気の早期発見・予防をして、自分の健康を守りましょう。

- ◆受診方法 / 受診票(4月生まれの人から順に送付)が届いたら市の指定医療機関へ事前に電話で予約の上、受診
- ◆持ち物 / 健康保険証、受診票



	国保特定健康診査 <40～74歳>	ぎふ・すこやか健診 (後期高齢者健康診査) <75歳～>	ぎふ・さわやか口腔健診 (後期高齢者口腔健康診査) <75歳～>
目的	メタボリックシンドロームの早期発見	生活習慣病の早期発見と重症化予防	口腔機能低下や肺炎などの疾病予防
対象	4月1日から健診当日まで国民健康保険に加入している人で、昭和17年9月1日～昭和53年3月31日生まれの人	昭和17年8月31日以前に生まれた人または、障がい認定により後期高齢者医療被保険者となった人	
検査項目	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査、CO ₂ PD健康調査(医師が必要と認めた場合、心電図検査と眼底検査を実施)	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査(医師が必要と認めた場合、心電図検査を実施)	問診、歯の状態・そしてよく能力・舌機能・嚥下(飲み下す)機能の評価など
費用	1,000円	500円	200円
問合せ	窓口サービス課国民健康保険グループ(☎47-8132)	窓口サービス課福祉医療・後期医療グループ(☎47-8140)	

一般不妊治療補助金 申請期限は3/31まで!

一般不妊治療(人工受精)の平成28年3月～平成29年2月診療分に対する補助金の申請期限は3月31日です。期限内に手続きをお願いします。

- ◆申請期限 / 平成29年3月31日
- ◆対象者 / 次の①～③をすべて満たす夫婦
①法律上の婚姻をしている ②少なくとも一方の住所が市内にある ③医療保険各法の被保険者または被扶養者である
- ◆対象経費 / 人工授精に係る保険適用外の治療費(検査を含む)
- ◆助成額 / 5万円を上限に、対象経費の2分の1以内
- ◆申請先 / 大垣市保健センター(☎75-2322)へ