

保健センターの教室など

全地域 マタニティ教室

- *対象/妊娠5～7か月の妊婦
- *とき/2月22日(木) 午前9時30分～正午(受付:午前9時15分～)
- *ところ/大垣市保健センター
- *内容/大垣市の子育て情報、歯と栄養の話など
- *定員/25人(先着順)
- *持ち物/母子健康手帳



*申込/2月5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/2月27日(火) 午前9時～11時
- *ところ/①上石津保健センター ②墨俣保健センター
- *内容/育児や発育などの相談
- *持ち物/母子健康手帳
- *問合せ/①上石津保健センター(☎45-2933) ②墨俣保健センター(☎62-3112)へ

街頭献血に ご協力を!



血液は、人工的に造ることができず、長期間保存することもできません。そのため、患者に必要な血液を十分に供給するには、絶えず健康な人の新鮮な血液が必要となります。

国内では、1日あたり約3,000人の患者が輸血を受けており、そのための血液を確保するには、1日あたり約15,000人の献血が必要です。

ぜひ、みなさん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(65～69歳の人は、60～64歳の間に献血経験が必要)

とき	ところ(すべて400ml限定)
2/3(土) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
2/4(日) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
2/8(木) 9:45～12:00、13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
2/12(月・振) 9:30～12:00、13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
2/25(日) 9:30～12:00、13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)

食品の期限表示を正しく知ろう

食品の「期限表示」はご存じですか?
「期限表示」には賞味期限と消費期限があります。期限表示を正しく理解して、安全で無駄のない食生活を目指しましょう。
詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

	賞味期限	消費期限
内容	<ul style="list-style-type: none"> 品質の劣化が遅く、冷蔵や常温で保存がきく食品に表示 開封していない状態で、表示されている保存方法に従って保存したときに、おいしく食べられる期限 	<ul style="list-style-type: none"> 品質の劣化が早く、長くは保存がきかない食品に表示(おおむね5日以内に食べたほうがよい食品) 開封していない状態で、表示されている保存方法に従って保存したときに、品質が保持される期限
期限を過ぎたら	期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではないが、なるべく早く食べる	期限が過ぎると衛生上の危害が生じる可能性が高くなるので、期限内に食べる
対象食品	ハム、ソーセージ、スナック菓子、インスタント麺、レトルト食品、缶詰など	弁当、惣菜、サンドイッチ、生麺、低温殺菌牛乳、生菓子など
表示方法	<ul style="list-style-type: none"> 期限が製造日から3か月以内のものは年月日で表示 3か月を超えるものは年月で表示 	年月日で表示
注意点	<ul style="list-style-type: none"> 表示されている期限は、開封していない状態で、表示されている保存方法に従って保存したときの期限です 開封後も保証されているわけではないので、一度開封したら、期限にかかわらず早めに食べるようにしましょう 	

学んで守る! 自らを 介護予防教室

健康体操

- ◆とき/2月17日(土) 午後1時30分～3時
- ◆ところ/友和苑



◆問合せ/友和苑在宅介護支援センター(☎88-1567)へ

生活に運動を取り入れよう

- ◆とき/2月27日(火) 午後1時30分～3時
- ◆ところ/お勝山ふれあいセンター
- ◆問合せ/お勝山在宅介護支援センター(☎71-2252)へ

まごころ

次の皆さんからご寄付(平成29年9～11月)をいただきました。ありがとうございました=敬称略=。

【図書館郷土資料充実のため】

- ▷國枝三郎 書籍2冊
- 【江並中学校へ】
- ▷奥田石材店 50周年記念石碑1点
- 【興文小学校へ】
- ▷(株)十六銀行 書籍59冊
- 【西小学校へ】
- ▷(株)十六銀行 クロスラインマットエース一式
- 【墨俣小学校へ】
- ▷大垣東ライオンズクラブ シ



ユレッター1台、ウォータークーラー1台

- 【荒崎幼保園へ】
- ▷西部中学校生徒会 大型絵本2冊
- 【青墓幼保園へ】
- ▷吉田光利 さつまいも240kg
- 【興文幼稚園へ】
- ▷篠田裕美 花苗100株、野菜の種・肥料各1袋
- 【三城保育園へ】
- ▷大垣東ライオンズクラブ カラフル三輪車6色セット1組、二輪スクーター6台、三輪スクーター6台など
- 【すもと保育園へ】
- ▷匿名 滑り台1台
- 【墨俣保育園へ】
- ▷大垣東ライオンズクラブ つながる絵本書架



ラジオ・テレビ広報番組案内



- ▶東海ラジオ「マイタウン情報」21日/15:25～
【つりびな小町めぐり】
- ▶ぎふチャンラジオ「大垣市の時間」毎週木曜/9:40～1日/水の都おおがき舟下り・たらい舟乗船者募集 8日/確定申告はお早めに 15日/つりびな小町めぐり 22日/かがやきライフタウン大垣2018・春のつどい
- ▶エフエム岐阜「子育てパラダイス」毎週火曜/8:45～

- ▶エフエム岐阜「シティインフォメーション」毎週金曜/9:00～
- ▶大垣ケーブルテレビ「水都ピア通信おおがき」
〈チャンネルOCT〉月/15:45～、水/19:30～、金/17:45～、土/23:45～、日/14:45～

【脱3日坊主! スポーツを楽しもう!!】

1人ではなかなか続かないスポーツ。今回は、仲間たちと気軽に汗を流せる市内のスポーツ施設や教室を紹介する。



スポーツ教室を体験