

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 / 11月2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 / 10月16日から、同センター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

- *とき / 11月7・14・21・28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 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 / 11月1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、歯科・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 / 10月16日から、同センター(☎75-2322)へ

全地域 ひよこジャンプ学級

離乳食<後期>

- *対象 / 9～11か月児と保護者
- *とき / 11月5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・試食(1食分)
- *定員 / 20組(先着順)
- *持ち物 / スプーン
- *申込 / 10月16日から、同センター(☎75-2322)へ

大垣・上石津・墨俣地域 健康相談

- *とき / 下表のとおり いずれも午前9時～11時
- *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	11/6(火)・20(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)
	11/20(火)	上石津保健センター(☎45-2933)
	11/8(木)	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談	11/13(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)

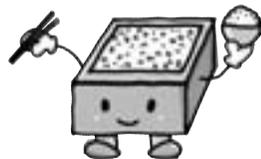
食育推進 事業

楽しく食育しませんか!?

楽しいおにぎり弁当
結んでみよう 丸・三角・俵型!

- *対象 / 年長児～中学生と保護者
- *とき / 12月1日(土) 午前9時30分～午後1時
- *ところ / 西部研修センター調理室
- *内容 / おにぎりやおみそ汁などを作る
- *定員 / 25組(先着順)
- *参加料 / 大人300円、子ども200円
- *持ち物 / エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具
- *申込 / 10月15日～11月16日に、大垣市保健センター(☎75-2322)へ
- *問合せ / 大垣市食生活改善協議会の藤井さん(☎090-3830-5509)へ

食育キャラクター
「ますこめくん」



介護予防教室



この冬をのりきろう! 感染予防

- *とき / 10月25日(木) 午後1時30分～2時30分
- *ところ / 特別養護老人ホームパサーダ(北方町)
- *問合せ / 同施設(☎78-2984)へ

正しい姿勢

- *とき / 10月31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
- *問合せ / 総合在宅介護支援センター(☎77-2255)へ

骨粗しょう症とは?

- *とき / 11月7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
 - *問合せ / 総合在宅介護支援センター(☎77-2255)へ
- 「免疫力を上げよう! 風邪をひかない身体づくり」講義
調理実習

- *とき / 11月8日(木) 午前10時30分～正午
- *ところ / お勝山ふれあいセンター
- *定員 / 16人(先着順)

*参加費 / 360円

*持ち物 / エプロン、筆記用具、ハンカチ

*申込 / お勝山在宅介護支援センター(☎71-2252)へ

介護予防体操

- *とき / 11月14日(水) 午後1時30分～3時
- *ところ / 特別養護老人ホームサンヴェール大垣
- *問合せ / 同施設(☎81-2215)へ

歯のチェックでメタボ予防



メタボ歯科健診

歯周病は、メタボリックシンドロームなどの全身の病気につながります。歯を守るために、健診を受け自分の口の状態を知ることから始めましょう。

- ◆対象 / 市内在住の40～74歳の人
- ◆実施期間 / 平成31年2月28日まで
- ◆受診機関 / 市が委託した歯科医療機関(市HPに掲載)
- ◆受診料 / 300円
- ◆内容 / 口腔内検査、歯周病検査、口腔衛生指導
- ◆申込 / 受診前に電話で、市が委託した歯科医療機関へ
- ◆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



日本では3,000人以上の患者さんが骨髄移植などを待っており、一人でも多くの患者さんが移植の機会を得るためには、多くの方のドナー登録が必要です。

このため、県ではドナー登録について正しい知識を持ち、献血会場などでドナー登録を呼びかける「骨髄ドナー登録説明員」の養成研修会を開催します。

- ▶とき / 11月2日(金) 午後1時～4時
- ▶ところ / 岐阜県水産会館第3会議室(岐阜市藪田)
- ▶定員 / 15人(県内在住の18歳以上の)

- ▶備考 / 研修受講者は、11月7日に岐阜大学(岐阜市柳戸)で行う実地研修を受講する必要があります
- ▶申込 / 住所・氏名・生年月日・電話番号を記入のうえ、ファクス・メールで岐阜県健康福祉部保健医療課難病対策係(FAX058-278-2624, e-mail:c11223@pref.gifu.lg.jp)へ。電話(☎058-272-8276)からも申込可



骨髄ドナー登録説明員 養成研修会