

## 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か月児の保護者
- \*とき / 12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、歯科指導など
- \*定員 / 30人(先着順)
- \*持ち物 / 母子健康手帳



\*申込 / 11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 / 7～11か月児の保護者
- \*とき / 12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

### 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 / 12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 / 11月16日から、同センター(☎75-2322)へ

### 大垣地域 乳幼児相談

- \*とき / 12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



### 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	12/4(火)・18(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)
	12/18(火)	上石津保健センター(☎45-2933)
	12/13(木)	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談	12/11(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)

## 介護予防教室

### ▶体の歪みを整えて“キレイ”を手に入れましょう

- ◆とき / 11月28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

### ▶認知症の理解とその心理的側面

- ◆とき / 11月30日(金) 午後2時～3時
- ◆ところ / ひだまりライフ大東(東前)
- ◆問合せ / 大東在宅介護支援センター(☎82-2812)へ

### ▶冷えないための体づくり

- ◆とき / 12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
- ◆問合せ / 総合在宅介護支援センター(☎77-2255)へ

### ▶健康体操で脳トレ

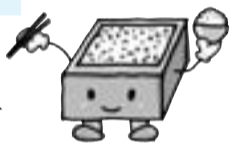
- ◆とき / 12月5日(水) 午後1時30分～3時
- ◆ところ / 介護老人保健施設サットヴァの園(多芸島)
- ◆問合せ / 同施設(☎88-1775)へ

## 食育推進事業

## 楽しく親子でクッキング!

市は、「食」が育む豊かな心健康な体家庭と地域」を基本理念に、食育を推進しています。その一環として、今回は未就園児の親子を対象とした調理教室を開催します。ぜひお越しください。

大垣市食育推進キャラクター「ますごめくん」



- \*対象 / 未就園児と保護者
- \*とき / 12月25日(火) 午前10時30分～11時45分(受付:10時15分～)
- \*ところ / キートスガーデン幼稚園(外測)
- \*内容 / クリスマスを彩るフィンランド伝統のお米を使った

- パイ作り
- \*定員 / 20組(先着順)
- \*参加料 / 1組200円
- \*申込 / 11月15日～12月21日に、同幼稚園(☎87-1139、e-mail:maingate@kiitosgarden.com)へ

## 市民公開講座

- ◆対象 / がん在宅看護に関わる看護職および市内在住の人
- ◆とき / 12月2日(日) 午後1時～3時(受付:午後0時30分～)
- ◆ところ / ソフトピアジャパンセンター10階大会議室
- ◆内容 / がん専門看護師とがんに関わる認定看護師による講演と相談

時間	内容
13:00～14:00	講演「がん医療の現状について」・「がんとともに生活するために」
14:00～14:30	シンポジウム
14:30～15:00	なんでも相談コーナー

- ◆問合せ / 公益社団法人岐阜県看護協会(☎058-277-1008)へ



## 家庭でつくる“いのち”の教育

～誰もが大切な存在であることを伝えよう～

子どもは「愛されること」で、自分や他人を愛することを学びます。「自分はかけがえのない大切な存在だ」という思いをはぐくみながら、「同じように、他の人も大切な存在なのだ」と教えることが、家庭の役割として重要になっています。

お子さんと一緒に、母子健康手帳を見ながらゆっくり話をしてみましょう。「お母さんはこんなに頑張って産んでくれたんだ」「家族に愛されて幸せだな」と感じられるようにすることは、家庭でしかできない「いのち」の教育です。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。



### “いのち”をはぐくむ家庭の役割

- ♥家族での食事を大切にする
- ♥家族一緒に汗を流して働く(地域の奉仕活動など)
- ♥子どもをしっかりと抱きしめる
- ♥子どもの話をじっくり聞き、子どもによく話しかける
- ♥幼児期には、本の読み聞かせをする
- ♥早寝早起きなどの基本的な生活習慣を身につける