

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 / 6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 / 5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・後期)

- *対象 / 7～11か月児の保護者
- *とき / 6月10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(中期～後期)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 / 6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 / 5月16日から、同センター(☎75-2322)へ

ター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

- *とき / 6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・墨保地域 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 / 理学療法士・歯科衛生士・栄養士による「一般相談」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 | 6/4(火)・18(火) | 大垣市保健センター(☎75-2322) |
| 理学療法士・歯科衛生士・栄養士・保健師による相談 | 6/18(火) | 上石津保健センター(☎45-2933) |
| | 6/13(木) | 墨保保健センター(☎62-3112) |
| こころの相談 保健師による相談 | 6/11(火) | 大垣市保健センター(☎75-2322) |
| | 6/27(木) | 南部子育て支援センター ※予約は大垣市保健センターへ |

40歳を迎えたら 骨粗しょう症検診を!

人間の骨量は20歳前後まで増え続け、40歳前後から減少し始めます。自分自身の骨量を知り、『貯骨』ができる生活を送みましょう。

- *対象 / 市内に住民登録がある40～70歳の女性
- *受診期間 / 6月1日(土)～10月31日(木)
- *受診場所 / 市が委託した市内の41医療機関(市HPに一覧を掲載)
- *受診料 / 500円 ※70歳の人(実施月の1日現在の年齢)は無料
- *受診方法 / 10月18日までの平日に大垣市保健センター(☎75-2322)、上石津保健センター(☎45-2933)、墨保保健センター(☎62-3112)のいずれかへ申し込みのうえ、医療機関で受診



無料クーポン券の利用

子宮頸がん・乳がん検診

市は、5月中旬に子宮頸がん検診および乳がん検診の無料クーポン券を、下表の対象年齢の女性に郵送します。

今までがん検診を受けたことがない人も、委託医療機関で受診の際に、無料クーポン券をご活用ください。

なお、対象者で券が届かない人や、転入のため大垣市の券をお持ちでない人(他市町村で券を使用した人は除く)は、大垣市保健センター(☎75-2322)へお問い合わせください。



| 検診名 | 子宮頸がん検診 | 乳がん検診 |
|------|----------------------------------|--|
| 対象 | 20歳の女性(平成10年4月2日～11年4月1日生まれの人) | 40歳の女性(昭和53年4月2日～54年4月1日生まれの人) |
| 検診内容 | 問診、内診および視診、頸部細胞診 | 問診、マンモグラフィー検査、視触診(希望者) |
| 使用期限 | 令和2年2月29日 | 令和2年3月31日 |
| 申込 | 不要(市川外科、大垣徳洲会病院、金森病院、クリニックママは必要) | 必要(市民病院、大垣徳洲会病院は大垣市保健センターへ、市川外科は直接、同外科へ) |
| | がん集合検診は、保健センターへ要申込 | |

日本脳炎予防接種

接種はお済みですか?

日本脳炎予防接種は、第1期接種(生後6～90か月未満)で3回、第2期接種で1回、計4回受ける必要があります。詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

◆日本脳炎第2期接種のご案内

平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ(小学4年生の児童)で、日本脳炎第2期接種を完了されていない人に対して、封書(予診票在中)を6月初旬に送付します。無料で接種できる期間は、13歳の誕生日の前日までです。

◆予防接種は4回完了していますか?

平成19年4月1日生まれの人までは、20歳の誕生日前日までの間、予防接種の特例で不足分を無料で接種できます。



学んで守る!

自らを

介護予防教室

▶機能訓練

- *とき / 5月24日(金) 午後1時30分～3時
- *ところ / 友和苑 地域交流室
- *問合せ / 友和苑在宅介護支援センター(☎88-1567)へ

▶適切な運動・ロコモティブシンドロームとは?

- *とき / 5月29日(水) 午後1時30分～2時30分
- *ところ / 墨保老人福祉センター
- *問合せ / 総合在宅介護支援センター(☎77-2255)へ

▶「食べること」は「生きること」パート2

- *とき / 5月31日(金) 午後2時～3時
- *ところ / ひだまりライフ大東
- *問合せ / 大東在宅介護支援センター(☎82-2812)へ

▶運動で血圧を整えよう

- *とき / 6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

▶リズム体操で脳トレ

- *とき / 6月5日(水) 午後1時30分～3時
- *ところ / サットヴァの園 会議室
- *問合せ / 介護老人保健施設サットヴァの園(☎88-1775)へ