

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 / 8月19日(月) 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 / 本市の子育て情報、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 / 8月5日から、同センター



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 / 8月27日(火) 午前9時～11時
- *ところ / 上石津保健センター、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 / 上石津保健センター (☎45-2933)、墨俣保健センター (☎62-3112) へ



よい歯の高齢者を募集

西濃口腔保健協議会は、「8020運動」の一環として、よい歯の高齢者を募集します。80歳以上で20本以上の歯をお持ちの人は、お気軽に応募ください。優秀者は、10月13日の表彰式で表彰します。

- ◆対象 / 次の条件をすべて満たす人。①昭和13年11月1日～昭和14年10月31日生まれの人(該当者には、はがきで通知) ②20本以上自分の歯があり、十分噛める人 ③表彰式に出席できる人 ④昭和13年10月以前生まれの人で過去に表彰を受けていない人
- ◆応募方法 / 8月19日(水)～31日(土)に、西濃地域の指定歯科医院で歯科健診を受ける(健診は無料)
- ◆問合せ / 大垣市保健センター (☎75-2322) へ



街頭献血にご協力を!



- *対象 / 男性は17～69歳、女性は18～69歳の健康な人(65～69歳の方は、60～64歳の間に献血経験が必要です)

とき	ところ ※すべて400ml限定
8/8(木) 9:45～12:00、13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
8/10(土) 9:30～12:00、13:30～16:00	平和堂アルプラザ鶴見(鶴見町)
8/11(日) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
8/14(水) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
8/25(日) 9:00～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)

法律と心ころの相談会

県は、法律と心ころの両面から、経済苦や生活苦などの不安や悩みの軽減を図り、精神的な支援をすることを目的に、相談会を開催します。

弁護士や臨床心理士などの専門家に相談することで、解決の糸口が見つかるかもしれません。お気軽にご利用ください。

- ◆とき / 9月6日・27日、令和2年3月6日 いずれも金曜日の午後1時～4時
- ◆ところ / 西濃総合庁舎
- ◆内容 / ①弁護士による「法律相談」 ②臨床心理士による「心の健康相談」
- ◆定員 / 各3人(先着順)
- ◆申込 / 西濃保健所健康増進課 (☎73-1111 内線291) へ

子宮がん検診 (頸部・体部)

受診はお済みですか?

市は、今年度分の子宮がん検診を令和2年2月末まで行っています。がんの初期は、自覚症状がほとんどないため、検診での早期発見が大切です。まだ受診していない人は、この機会に受診しましょう。

- ◆対象 / 市内に住民登録がある20歳以上の女性
- ◆受診方法 / 運転免許証や健康保険証などの身分証明書を持って、直接下表の医療機関へ
- ◆受診料 / 頸部のみ800円、頸部および体部1,500円 ※体部は問診の結果、出血などがあり医師が必要と認めた人のみ受診
- ◆問合せ / 大垣市保健センター (☎75-2322) へ

医療機関名	所在地	電話
市川外科(要予約)	南若森町328	75-5078 74-7065
大垣徳洲会病院(要予約)	林町6-85-1	77-6110
金森病院(要予約)	荒尾町58	91-3331
クリニックママ(要予約)	今宿3-34-1	73-5111
児玉レディースクリニック	高砂町1-31	82-1155
ハットリレディースクリニック	大井2-38-3	74-5550
真鍋医院	花園町4-10-1	75-1211
もりレディースクラブクリニック	河間町1-13	74-1888
山岸マタニティクリニック	俵町133	75-5688

学んで守る! 自らを 介護予防教室

心も体も元気ハツラツ リハビリエクササイズ

- *とき / 8月8日(木) 午後1時30分～2時30分
- *ところ / パサーダ地域交流スペース(北方町)
- *問合せ / 同施設 (☎78-2984) へ

転ばない身体づくり パートI

- *とき / 8月29日(木) 午後1時30分～3時

- *ところ / お勝山ふれあいセンター(牧野町)
- *問合せ / 同センター (☎71-2252) へ

体の中から正して健康を手に入れましょう②(ヨガ)

- *とき / 8月21日(水) 午後1時30分～3時
- *ところ / 大垣市中川在宅介護支援センター
- *持ち物 / ヨガマットもしくはバスタオル・飲み物など
- *問合せ / 同センター (☎82-8850) へ

健康づくり チャレンジ月間

清流の国ぎふ健康ポイント事業

8～9月は健康づくりチャレンジ月間です。この期間、専用のシートに、食生活・運動習慣の取り組みを記録し、1週間所定の目標を達成するとポイントが貰えます。1か月間継続すると、抽選で景品が当たります。また、集めたポイントは、清流の国ぎふ健康ポイント事業にも加算されます。詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

- ◆対象 / 市内に住民票がある20歳以上の人
- ◆期間 / 8月1日(木)～9月30日(月)
- ◆備考 / 専用のシートは、大垣市・上石津・墨俣保健センター、窓口サービス課で配布または市HPでダウンロード可

市民病院 よろず相談市民講座

- ◆とき / 8月22日(木) 午後4時～5時
- ◆ところ / 大垣市民病院3病棟2階ダイルーム
- ◆内容 / 同病院認知症認定看護師による「認知症予防について」と題した講話
- ◆備考 / 駐車券と引き換えに無料駐車券をお渡しします
- ◆問合せ / 同病院よろず相談・地域連携課 (☎81-3341 内線6188) へ

