

## 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 / 10月3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、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 / 9月17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 / 10月10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(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 / 10月4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 / 9月17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 / 10月2・9・16・23・30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 / 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・申込
一般相談 理学療法士・歯科衛生士・栄養士・保健師による相談	10/1(火)・15(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)
	10/15(火)	上石津保健センター(☎45-2933)
	10/10(木)	墨俣保健センター(☎62-3112)
こころの相談 保健師による相談	10/8(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)
	10/21(月)	南部子育て支援センター ※申込は大垣市保健センターへ

## 介護予防教室

学んで守る! 自分を

### 認知症予防～音楽で平成をふり返ろう!～

- \*とき / 9月27日(金) 午後1時30分～3時
- \*ところ / 友和苑(入方)
- \*問合せ / 友和苑在宅介護支援センター(☎88-1567)へ



### 膝痛予防改善

- \*とき / 10月2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

## 市民病院公開講座

- ◆とき / 9月19日(木) 午後4時～5時
- ◆ところ / 大垣市民病院管理棟5階講堂
- ◆内容 / 同病院糖尿病・腎臓内科の柴田大河医師による「データ管理は自己管理! 糖尿病連携手帳の活用法」と題した講演
- ◆備考 / 駐車場は、病院南駐車場をご利用ください。駐車券と引き換えに無料駐車券を配布します
- ◆問合せ / 同病院糖尿病・腎臓内科(☎81-3341 内線2101)へ



## 結核・肺がん 夜間検診

- ◆とき / 10月10日(木) 午後6時～7時
- ◆ところ / 大垣市保健センター
- ◆対象 / 【結核検診】65歳以上の人 【肺がん検診】40歳以上の人 【喀たん検査】50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の人
- ◆受診料 / 無料(喀たん検査のみ500円)
- ◆問合せ / 同センター(☎75-2322)へ

## 認知症に対する意識を高めよう! 9月21日は世界アルツハイマーデー

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。この日は認知症への理解を深め、世界の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的としています。この機会に、認知症に関する意識を高めましょう。

### 認知症のことを知ろう!

- 認知症はどんな病気?  
認知症とは、通常の老化による衰えとは違い、さまざまな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態です。たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、老化による年相応のもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は認知症が疑われます。
- どんな症状が起こるの?  
認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これを「中核症状」と呼びます。また、中核症状のために周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることなどによって妄想や幻覚などの症状が出る場合があります。



### 気になることは早めにご相談を!

「あれ、認知症かな?」と気になったときや、認知症のごことでご相談があれば、次の機関へご連絡ください。

名称	主な担当地区	電話
大垣市地域包括支援センター	安井・川並・洲本・浅草	82-1166
地域包括支援センター 大垣市社会福祉協議会	興文・東・西・南・南杭瀬・静里・綾里・荒崎・日新	77-2255
	和合・三城・墨俣	84-7111
	上石津	48-0068
大垣市地域包括支援センター お勝山	宇留生・赤坂・青墓	71-5536
大垣市地域包括支援センター 中川ふれあい	北・中川	82-1701
認知症初期集中支援チーム	市内全地域	84-7555

### ▶認知症初期集中支援チームとは?

専門医、看護師、社会福祉士など多職種の医療と福祉専門スタッフが連携し、必要に応じて、それぞれの人に合わせた集中的な支援を行います。



詳しくは、高齢介護課(☎47-7416)へ