

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／2月18日(火) 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／2月3日から、同センター



ター ☎75-2322) へ

上石津・墨保地域 乳幼児相談

- *対象／乳幼児を持つ保護者
- *とき／2月25日(火) 午前9時～11時
- *ところ／上石津保健センター、墨保保健センター
- *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、墨保保健センター ☎62-3112) へ

介護予防教室



みんなで一緒に体を動かそう！～両腕を鍛えて、のどを鍛えて、足腰を鍛えて老化予防～

- とき／2月15日(土) 午後1時30分～3時
- ところ／老人保健施設西濃(藤江町)
- 問合せ／老人保健施設西濃在宅介護支援センター ☎73-4007) へ

転ばない身体づくり パートII

- とき／2月20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／お勝山在宅介護支援センター ☎71-2252) へ

健康体操

- とき／2月21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
- とき／2月26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

専門医による 市民病院公開講座

- *とき／2月27日(木) ①午後3時～4時 ②午後4時～5時
- *ところ／大垣市民病院管理棟5階講堂
- *内容／①同病院循環器内科の森島逸郎・吉岡直輝医師による「足が痛い、足が冷たい その症状カテーテルで治るかも～下肢閉塞性動脈硬化症～」

と題した講演 ②同病院糖尿病・腎臓内科の傍島裕司・藤谷淳医師による「老化予防は筋力アップから 糖尿病とサルコペニア」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 ☎81-3341 内線①2121 ②2101) へ



ストレス社会で生き抜く力を！ こころの健康セミナー

地域・職場・学校など、非常にストレスを抱えやすい現代社会。ストレスにより心身の不調を訴える人が増えています。

市は、そんなストレス社会の中でもこころの健康を維持していくために、「こころの健康セミナー」を開催します。

ぜひご参加ください。

- ♥とき／3月18日(水) 午後1時30分～3時
- ♥ところ／情報工房5階スィングホール
- ♥内容／(公財)岐阜病院の精神看護専門看護師の小野悟さんによる、ストレスに負けない回復力(レジリエンス)を高める秘訣についての講話
- ♥定員／100人(先着順)
- ♥申込／2月1日から、電話またはファクスで氏名・電話番号・お住まいの町名または所属団体の人は所属名を大垣市保健センター ☎75-2322、FAX 75-2320) へご連絡ください ※市HP(申込フォーム)からも申込可



申込ページ

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歳の人は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
2/1(土) 9:00～11:30 13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
2/7(金) 9:00～12:00 13:30～16:00	フォーラムホテル(万石)
2/8(土) 9:00～11:30 13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
2/11(火・祝) 9:00～11:30 13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
2/13(木) 9:45～12:00 13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
2/23(日・祝) 9:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
2/28(金) 14:00～17:00	クリーンセンター(米野町)

在宅医療に関する 市民公開講座

近年、病気になっても、介護が必要になっても、自宅で暮らし続けたい…そう思う人が増えています。自分自身や大切な人が医療や介護が必要になったときのために、在宅医療について学びませんか。

- ◆とき／3月1日(日) 午後1時30分～3時30分
- ◆ところ／情報工房5階スィングホール
- ◆内容／在宅医療で先進的な取り組みをしている、東近江市永源寺診療所医師の花戸貴司さんによる「住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために」と題した講演
- ◆問合せ／大垣市医師会 ☎89-5800) へ

ラジオ・テレビ広報番組案内

2 Feb

- ▶東海ラジオ「マイタウン情報」20日/15:25～
つりびな小町めぐり
- ▶ぎふチャンラジオ「大垣市の時間」毎週木曜/9:40～
6日/確定申告はお早めに 13日/つりびな小町めぐり
20日/かがやきライフタウン大垣2020・春のつどい 27日/春の火災予防運動
- ▶エフエム岐阜「子育てパラダイス」毎週火曜/8:45～

- ▶エフエム岐阜「シティインフォメーション」毎週金曜/9:00～
- ▶大垣ケーブルテレビ<チャンネルOCT>

<水都ピア通信おおがき> 月/15:45～、水/19:30～、金/17:15～、土/23:45～、日/14:45～

安心・快適・おいしい! 市役所新庁舎を探検

1月6日にオープンした市役所新庁舎は、防災拠点として優れた建物だけでなく、住民が親しみやすい庁舎となっている。

今回は、来て、見て、おいしい新庁舎の見どころを紹介する。



新庁舎各フロアを巡る