

## 保健センターの教室など

### 全地域 <半日コース> 糖尿病予防教室

- \*対象/検査で参加を勧められた人、糖尿病に関心のある人
- \*とき/4月18日(月) 午前9時~正午
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/管理栄養士・理学療法士による栄養指導、運動実技、体組成測定など
- \*定員/16人(先着順)
- \*持ち物/飲み物、タオル



- \*備考/マスク着用のうえ、動きやすい服装で参加
- \*申込/3月17日から、同センター(☎75-2322)へ

### 大垣地域 乳幼児相談

- \*とき/4月6・13・20・27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/3月15日から、同センター(☎75-2322)へ

### 全地域 ひよこ学級

離乳食(初期)

- \*対象/5~6か月児の保護者
- \*とき/4月4日(月) ①午前9時30分~10時30分(受付:午前9時20分~) ②午前10時45分~11時45分(受付:午前10時35分~)
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/離乳食(初期)の進め方、事故予防の話など
- \*定員/各15人(先着順)
- \*持ち物/母子健康手帳



- \*申込/3月16日から、同センター(☎75-2322)へ

### 全地域 離乳食(中期~後期) ひよこステップ学級

- \*対象/7~11か月児の保護者
- \*とき/4月8日(金) 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、歯科指導
- \*定員/15人(先着順)
- \*持ち物/母子健康手帳
- \*申込/3月16日から、同センター(☎75-2322)へ

### 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/3月15日から、各保健センターへ



内容	とき	ところ・問合せ
一般相談	4/5(火)・19(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	4/19(火)	上石津保健センター(☎45-2933)
	4/14(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	4/12(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)

## データから見る ウィズコロナ時代の 健康づくり

- ◆とき/3月29日(火) 午後1時30分~3時
- ◆ところ/情報工房5階シンクホール
- ◆講師/朝日大学保健医療学部看護学科 公衆衛生看護学講師の中村廣隆さん
- ◆内容/医療や検診などのサービスの利用データから分析された本市の特色を、これまでに実証されてきた健康維持に有益な活動と結びつけ、高齢者一人一人が気軽にできる健康増進の取り組みについての講演
- ◆申込/3月25日までに、高齢福祉課などで配布の申込書に必要事項を記入のうえ、同課(〒503-8601 丸の内2-29、FAX81-6221、☎47-7416)へ ※電話での申込可



講師の中村廣隆さん

## スマイル 発達相談

- 市は、「スマイル発達相談」を毎月開催しています。子どもの成長と発達に不安や悩みを抱える人、発達につながる子どもとの遊びのレパートリーを増やしたい人は、お気軽にご相談ください。
- 対象/市内在住の18歳以下の子どもとその保護者
  - とき・ところ/下表のとおり
  - 内容/保健師、保育士、公認心理師などによる、子どもの発達についての相談
  - 申込/3月15日から、子育て支援課(☎47-7291)へ



とき	ところ
4/27(水)	① 9:00~9:45 総合福祉会館
5/21(土)	② 10:00~10:45 中川ふれあいセンター
6/22(水)	③ 11:00~11:45 南部子育て支援センター

## 「ピアカウンセラー」による 個別相談会

「ピア」には、「同じ立場」「仲間」という意味があり、市は、障がいを持つピアカウンセラーが、身体に障がいを持つ人の悩みや困りごとについて、当事者の立場で話を聞いて支援する相談会を開催します。



- ▶対象/市内在住で身体に障がいを持つ人とその家族
- ▶とき/4月18日、5月16日、6月20日 いずれも月曜日の午後1時~3時
- ▶ところ/障がい福祉課
- ▶申込/同課(☎47-7298)へ

## がん健診、 脳ドックを 受診しましょう!

市民病院健康管理センターでは、がんが心配という方に「PET-CTがん健診」、脳の病気が不安な方に「脳ドック」を行っています。ぜひ、この機会にご利用ください。

### ★PET-CTがん健診

<受診料:100,000円、所要時間:約2時間>

全身のPET検査とCT検査を同時に行い、一度に全身のがんを調べることが可能です。



### ★脳ドック

<受診料:25,000円、所要時間:約30分>

MRI装置で脳卒中前の異常を捉え、主に脳卒中の予防を目的とした検査です。脳血管の異常の早期発見にもつながります。

### 共通事項

- ◆検査日時/大垣市民病院健康管理センターで、医師の問診および検査の同意書を作成後に決定
- ◆申込・問合せ/午後2時~5時に、同センター(☎81-3341 内線1393)へ

## AED貸出制度をご利用ください

市は、突然の心停止に対して救命措置を行うための医療機器「AED」=写真=を貸し出しています。健康づくりの会や子ども会、スポーツ少年団の遠征などにご利用ください。



- 申請方法など詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。
- ◇申請要件/次の要件を満たすこと ①10人以上の市民が参加する行事 ②医師や救急救命士などの資格保持者、または3年以内にAEDを使用した救命講習を修了している人が常駐