

## 保健センターの教室など

### 全地域

#### もうすぐパパママ教室

- \*対象/妊娠6～8か月の妊婦と家族
- \*とき/1月20日(土)
  - ①午前9時30分～10時30分(受付:午前9時15分～)
  - ②午前10時45分～11時45分(受付:午前10時30分～)
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/赤ちゃんのお風呂の入れ方の実技
- \*定員/各10組(先着順)
- \*申込/1月10日から、同センター(☎75-2322)へ



### 全地域

#### 栄養相談

- \*対象/市内在住で、食生活に不安のある人やその家族など
- \*とき/1月26日(金)
  - ①午前10時～10時30分

- ②午前10時30分～11時
- ③午前11時～11時30分
- ④午前11時30分～正午

- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/管理栄養士による栄養指導
- \*定員/各1人(先着順)
- \*持ち物/糖尿病手帳など(お持ちの人のみ)
- \*申込/1月4日から、同センター(☎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/1月23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
- \*申込/上石津保健センター(☎45-2933)、墨俣保健センター(☎62-3112)へ



## 全身のがんを調べるPET-CTがん健診

市民病院健康管理センターでは、がんが心配という人に「PET-CTがん健診」を行っています。この健診では、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できます。

- \*とき/医師の問診および検査の同意書を作成後に決定
- \*ところ/市民病院健康管理センター
- \*所要時間/約2時間
- \*受診料/100,000円
- \*申込/同病院HPから申込または、平日の午後2時～5時に、同センター(☎81-3341)へ



同病院HP



PET-CT装置

## 糖尿病予防教室

- \*対象/糖尿病に関心のある人、検査で参加を勧められた人
- \*とき/2月3・10日 いずれも土曜日の午前9時～11時30分
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/医師・看護師による講話、管理栄養士・理学療法士による栄養指導、予防食の試食、運動実技、体組成測定など
- \*定員/20人(先着順)
- \*参加料/510円(試食材料費)
- \*持ち物/運動しやすい服装、飲み物、タオル
- \*申込/1月26日までに、同センター(☎75-2322)へ



## 「はたちの献血」キャンペーン

<1月1日～2月29日>

### 標語 「その一歩が、だれかの一生になる。はたちの献血」

「はたち」の若者を中心に、広くみなさんに献血への理解と協力を呼びかける「はたちの献血」キャンペーンが、県内一斉に行われます。冬季は、献血協力者が減少しますので、ぜひご協力をお願いします。

- ▶対象/男性は17～69歳、女性は18～69歳の健康な人(65～69歳の間は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
1/3(水)	10:00～11:30、13:00～16:00 イオンモール大垣(外野)
1/4(木)	9:30～11:30、13:00～16:00 アクアウォーク大垣(林町)
1/7(日)	9:30～11:30、13:00～16:00 アクアウォーク大垣(林町)
1/13(土)	10:00～11:30、13:00～16:00 イオンモール大垣(外野)
1/20(土)	9:30～11:30、13:00～16:00 アクアウォーク大垣(林町)
1/21(日)	10:00～11:30、13:00～16:00 イオンモール大垣(外野)
1/27(土)	9:30～11:30、13:00～16:00 イオンタウン大垣(三塚町)

※日程については、都合により変更する場合があります

## いつまでも健康に！介護予防教室

### 《一緒に運動しよう会(運動機能向上)》

- \*とき/1月20日(土) 午前10時～11時30分
- \*ところ/まちなかケアセンター2階リハビリサロン(南頬町)
- \*備考/運動しやすい服装・かかとがある靴・マスク着用で参加
- \*問合せ/同サロン(☎71-8015)へ

### 《脳トレで頭の体操》

- \*とき/1月20日(土) 午後1時30分～3時
- \*ところ/老人保健施設西濃(藤江町)
- \*定員/10人(先着順)
- \*備考/マスク着用で参加
- \*申込/1月4日から、同施設(☎73-4007)へ



### 《買い物deリハ(買い物、健康状態のチェック、体操)》

- \*とき/1月30日(火) 午後1時30分～3時30分
- \*ところ/イオンタウン大垣1階MAPエリア21(三塚町)
- \*定員/20人(先着順)
- \*持ち物/飲み物、タオル、買い物に必要なお金、エコバッグ
- \*備考/運動しやすい服装・マスク着用で参加、希望者は先着5人まで、自宅へ送迎可能(上石津地域を除く)
- \*申込/㈱リリフル(☎84-2325)へ

## まごころ



次の皆さんからご寄付(令和5年10月～12月分)をいただきました。ありがとうございました。ありがとうございました=敬称略=。



- [社会福祉事業充実のため]
  - ▷十四三会 10万9,858円

- [子育て支援の充実のため]
  - ▷NPO法人岐阜県健康マージャン協会 50万円
  - ▷大垣ガス(株) 23万3,050円
- [青墓幼保園へ]
  - ▷吉田光利 サツマイモ約313kg
- [三城幼保園へ]
  - ▷鶴見第1・第2寿会 図書カード5,000円分
- [荒崎幼保園へ]
  - ▷鮎料理専門店「十六兆」アユ約180匹

- [赤坂幼保園へ]
  - ▷増田正幸 米120kg
- [幼保園4園へ]
  - ▷(公財)日本教育公務員弘済会岐阜支部 絵本93冊
- [川並幼稚園へ]
  - ▷西美濃農業協同組合川並支店 サツマイモ52.7kg
- [保育園・幼保園・幼稚園20園へ]
  - ▷大垣城ライオンズクラブ 知育玩具(マグネット式組み立てブロック)20園分

- [小学校3校へ]
  - ▷神鋼造機(株) 児童用図書一式
- [小中学校教育の充実のため]
  - ▷山口尚晃 100万円
  - ▷藤井ハウス産業(株) 100万円
  - ▷山田裕仁 50万円
  - ▷大垣ガス(株) 23万3,050円
- [日本語指導が必要な児童生徒の学習支援のため]
  - ▷岐阜大学教育学部教授 今井亜湖 日本語学習支援教材「いみあわせかあど」10セット