

保健センターの教室など

大垣地域 乳幼児相談

- *とき／4月3・10・17・24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8日(月)
午前10時～11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(初期)の進め方と試食、事故予防の話など
- *定員／30組(先着順)
- *持ち物／母子健康手帳
- *申込／3月18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11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、歯科指導
- *定員／30組(先着順)

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	とき	ところ・問合せ
一般相談	4/2(火)・16(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	4/16(火)	上石津保健センター(☎45-2933)
	4/11(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	4/9(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)

- *持ち物／母子健康手帳
- *申込／3月18日から、同センター(☎75-2322)へ

全地域 ぱくぱくキッチン

- *対象／2歳以上の未就学児と保護者
- *とき／4月9日(火)
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／親子で野菜を使った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／3月18日から、同センター(☎75-2322)へ

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30日(火)
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、予防食の試食など
- *定員／20人(先着順)
- *持ち物／飲み物、タオル
- *参加料／550円(試食材料費)
- *申込／4月19日までに、同センター(☎75-2322)へ

- *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



ご存じですか？ 電話お願い手帳



「電話お願い手帳」は、耳や言葉が不自由な人が、外出先で電話をする必要がある場合に、手帳に用件や連絡先などを書いて、近くにいる人に協力をお願いするためのものです。耳や言葉が不自由な人からお願いがありましたら、ご協力をお願いします。

この手帳は、NTT西日本から、県内の自治体や福祉関係団体に毎年寄贈されており、本市では、障がい福祉課や大垣市障害者団体連絡協議会(総合福祉会館2階)で配布しています。

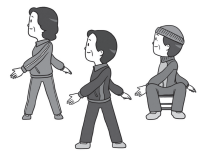
また、スマートフォンで利用できるWeb版やアプリ版もありますので、右の二次元コードからご利用ください。

詳しくは、障がい福祉課(☎47-7162)へ。



二次元コード

いつまでも健康に！ 介護予防教室



4月から「理学療法士によるお風呂deリハ」と「買い物deリハ」が新たな会場でも開催されます。この機会に、ぜひご参加ください。

理学療法士によるお風呂deリハ(お風呂だからできる動きを学ぶ)

- *とき／①4月2日(火) 午前9時30分～11時30分
②4月10日(水) 午前11時30分～午後1時30分
- *ところ／①上石津老人福祉センター悠楽苑
②老人福祉センター(寺内町) ※新規
- *持ち物／飲み物、タオル、お風呂セット
- *備考／運動しやすい服装・マスク着用で参加、必ずお風呂に入らなければいけない教室ではありません
- *問合せ／リハの木の岸本さん(☎090-2925-6166)へ

一緒に運動しよう会(運動機能向上)

- *とき／4月6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)
- *定員／30人
- *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
- *申込／同サロン(☎71-8015)へ

買い物deリハ(買い物、健康状態のチェック、体操)

- *とき／①4月16日(火) 午後1時30分～3時30分
②4月30日(火) 午後1時30分～3時30分
- *ところ／①イオンモール大垣おかしひろば隣空きスペース(外野) ※新規
②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／(株)リリフル(☎84-2325)へ

令和6年度の受診は4月から 健康診査のご案内

次のとおり健康診査を実施します。毎日の健やかな生活を送るためにも、健康診査で病気の早期発見・予防をして、自分の健康を守りましょう。4月生まれの人から、順次受診票を送付しますので、ご確認ください。

- ▶受診方法／受診票に同封されている「実施医療機関一覧表」の指定医療機関へ事前に電話予約のうえ受診してください
- ▶持ち物／健康保険証、受診票、受診料

健診名	国民健康保険特定健康診査	ぎふ・すこやか健診(後期高齢者健康診査)	ぎふ・さわやか口腔健診(後期高齢者口腔健康診査)
目的	生活習慣病の早期発見と早期治療		口腔機能低下や肺炎などの疾病予防
対象	4月1日から健診当日まで国民健康保険に加入している人で、昭和24年9月1日～昭和60年3月31日生まれ(40～74歳)の人	昭和24年8月31日以前に生まれた人(75歳以上)または、令和6年8月31日までに障がい認定により後期高齢者医療被保険者となった人	
検査項目	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査、COPD健康調査(医師が必要と認めた場合、心電図検査と眼底検査を実施)	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査(医師が必要と認めた場合、心電図検査を実施)	問診、歯の状態・そしゃく能力・舌機能・嚥下(飲み下す)機能の評価など
受診料	500円	500円	300円
問合せ	国保医療課国民健康保険グループ(☎47-8132)	国保医療課福祉医療・後期医療グループ(☎47-8140)	