

いつまでも健康に！ 介護予防教室

市は、事業者に委託して、次のとおり介護予防教室を実施します。

- ▶一緒に運動しよう会（運動機能向上）
 - *とき／11月2日(土) 午前10時～11時30分
 - *ところ／まちなかケアセンター 2階まちなかりハビリサロン(南瀬町)
 - *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／11月26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22(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。自宅まで送迎も可能(上石津地域を除く) ※送迎は5人まで(先着順)
 - *申込／(株)リリフル (☎84-2325) へ

受診しましょう 歯周病健康診査

歯周病は、細菌の感染によって引き起こされ、全身の病気とも深い関係があります。自覚症状がないため、知らず知らずのうちに歯ぐき(歯肉)や歯を支える骨などが溶け、最終的には歯が抜けてしまいます。

大切な歯を失わないためにも、この機会に歯周病健康診査を受診しましょう。

- ▶対象／市内在住の18～74歳の人
- ▶受診期間／令和7年2月28日まで
- ▶受診場所／市が委託した歯科医療機関
 - ※事前に予約が必要
- ▶内容／口腔内検査、歯周病検査、口腔衛生指導
- ▶受診料／300円
 - ※18～39歳の方は、大垣健診プラザにて「成人健康診査(内科)」を先に受診すると、「歯周病健康診査無料券」が発行されます
 - ※70～74歳の方は、無料で受診できます(一部を除く)
- ▶問合せ／大垣市保健センター (☎75-2322)、上石津保健センター (☎45-2933)、墨俣保健センター (☎62-3112) へ



受託医療機関

健康フェスタ2024 in 武道館

- ▶対象／高校生以上
- ▶とき／11月17日(日) 午前9時～午後9時
- ▶ところ／大垣市武道館トレーニングセンター及び多目的ホール
 - 詳しくは、同館 (☎88-2550) へ。なお、当日はトレーニングセンターを無料開放します(要室内シューズ)。
- 健康測定
 - *時間／午前9時～午後2時
 - *内容／インボディ(体成分分析)測定、体力測定
- 教室体験
 - ①バレトン ※バレー・ヨガ・フィットネスを組み合わせた有酸素運動
 - *時間／午前10時30分～11時30分
 - *持ち物／飲み物、ヨガマット(無料貸出し可)
 - ②膝腰守る姿勢体操
 - *時間／午後1時～2時
 - *持ち物／飲み物、ヨガマット(無料貸出し可)
 - ③健康維持体操
 - *時間／午後3時～4時
 - *持ち物／飲み物、バスタオル、ヨガマット(無料貸出し可)
- ①～③の共通事項
 - *定員／各20人(先着順) ※1人1レッスンのみの参加
 - *申込／10月16日の午前9時から、同館トレーニングセンター窓口へ

結核・肺がん検診 夜間・休日検診のお知らせ

結核は、診断・治療・予防法が確立しており、治せる病気です。また、早期に発見できれば、治療は短期間で済みますが、喫煙などにより発症と重症化リスクを高めるため、禁煙にも取り組みましょう。

受診機会を増やすため、今年度も、夜間と休日に結核・肺がん検診を実施しますので、この機会にぜひ受診してください。

結核・肺がんの夜間・休日検診

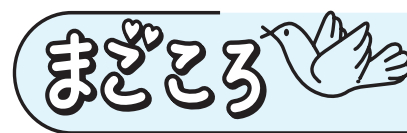
- ▶対象／結核検診は65歳以上、肺がん検診は40歳以上の人
- ▶とき／①夜間検診 11月7日(木) 午後6時～7時
 - ②休日検診 11月9日(土) 午前9時～正午
- ▶ところ／①大垣市役所 第1駐車場
 - ②サンワーク大垣
- ▶受診料／無料
- ▶持ち物／受診票 ※受診票ない人は当日記入
- ▶備考／50歳以上で喫煙指数(1日の本数×喫煙年数)が600以上の人で、喀たん検査を希望の人は500円で検診可能
- ▶問合せ／大垣市保健センター (☎75-2322) へ

救急車を呼ぶ? 病院へ行く? 迷ったら 救急安心センターぎふ 救急電話相談「#7119」

急な病気やケガをしたとき、救急車を呼んだ方がいいか、今すぐに病院に行った方がいいかなど、判断に迷ったら、救急電話相談「#7119」に電話ください。看護師などの専門の相談員から救急相談や病院案内についてアドバイスを受けることができます。

緊急と思った時は、ためらわずに119番にお電話ください。詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

- ▶対象／岐阜県内に居住または滞在されている人
- ▶相談受付／24時間365日(年中無休)
- ▶相談料／無料
- ▶電話番号／①#7119(固定電話、携帯電話の場合)
 - ②☎058-216-0119(ダイヤル電話、IP電話、「#7119」がつかない時)
- ▶備考／
 - あくまでも相談、助言を目的とするものです
 - 音声ガイダンスの後に看護師などにつながりますが、通話中の際は、5～10分たってからお掛け直しください



次の皆さんからご寄付(令和6年6～8月分)をいただきました。ありがとうございました =敬称略=。



- [江東公園へ]
 - ▷野原電研(株) ポール衛星電波 太陽電池時計1台
- [小学5年生へ]
 - ▷(公財)日本公衆電話会岐阜支部 冊子「こども手帳 みんなで守ろう社会のルール」1,451冊
- [守屋多々志美術館へ]
 - ▷矢島麗嘉 屏風「芥子の花」二曲一隻
- [南部子育て支援センターへ]
 - ▷(株)大垣共立銀行 掛時計1台、フロアマット2枚、CD1枚

- [中川小学校へ]
 - ▷昭和23年中川国民小学校卒業同級生会 12万8,409円
- [中学校10校・図書館へ]
 - ▷森秀樹 著書「ボクの歩む道」11冊
- [市民病院へ]
 - ▷佐藤友昭 絵本5冊
- [子育て支援の充実のため]
 - ▷国際ソロプチミスト大垣 10万円
 - ▷西美濃農業協同組合 12万8,700円
- [環境保全に関する事業のため]
 - ▷西美濃農業協同組合 6万3,250円
- [安全で安心できるまちづくり事業のため]
 - ▷藤井ハウス産業(株) 100万円
- [ひまわり学園へ]
 - ▷北島誠二 ボディソープ25個、詰替ボトル16個