

保健センターの教室など

大垣地域 乳幼児相談

- *とき／4月2・9・16・23・30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17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7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人(先着順)
- *持ち物／母子健康手帳
- *申込／3月17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3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人(先着順)
- *持ち物／母子健康手帳
- *申込／3月17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8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、三角布、手拭き用タオル、飲み物
- *参加料／1組200円(食材料費)
- *申込／3月17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28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、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18日までに、同センター
(☎75-2322) へ



全地域 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 理学療法士・歯科衛生士・栄養士・保健師による相談	4/1(火)・15(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)
	4/15(火)	上石津保健センター (☎45-2933)
	4/10(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	4/8(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)

- *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17日から、各保健センターへ



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。

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1日(火) 午前9時30分～11時
②4月9日(水) 午前11時30分～午後1時
- *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)
- *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
- *申込／リハの木の岸本さん(☎090-1562-1130) へ

一緒に運動しよう会(運動機能向上)

- *とき／4月5・12・19日 いずれも土曜日の午後1時30分～2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(南頬町)
- *定員／各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8日 ②4月22日
いずれも火曜日の午後1時30分～3時30分
- *ところ／①イオンモール大垣1階カルディコーヒーファーム前(外野)
②イオンタウン大垣2階コミュニティルーム(三塚町)
- *定員／各20人
- *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。当日は各自会場前に集合してください
- *申込／開催日の1週間前までに、(株)リリフル(☎84-2325) へ

令和7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／マイナ保険証または資格確認書もしくは有効期間内の健康保険証、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	メタボリックシンドロームの早期発見と早期治療	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25年9月1日～昭和61年3月31日生まれ(40～74歳)の人	昭和25年8月31日以前に生まれた人(75歳以上)または、令和7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)	