保健センターの教室など

全地域 かよる学級

離乳食

- *対象/5~6か月児の保護者
- *とき/5月12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/4月16日から、同 センター (☎75-2322) へ

全地域 離乳食〈中期~後期〉 ひよとステップ学級

- *対象/7~11か月児の保護者
- *とき/5月2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/30人(先着順)
- *持ち物/母子健康手帳
- *申込/4月16日から、同 センター (☎75-2322) へ

大垣地域 乳幼児相談

- *とき/5月7·14·21·28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/4月15日か ら、同センター(☎ 75−2322) ヘ



全地域 聞く聞く中ッチン

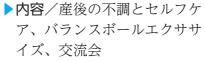
- *対象/2歳以上の未就学児と 保護者
- *とき/5月13日(火) 午前9時30分~11時 (受付:午前9時15分~)
- *ところ/大垣市保健センター
- *内容/親子で野菜を使った 簡単なおやつを作る
- *定員/12組(先着順)
- *持ち物/エプロン、三角巾、 手拭き用タオル、飲み物
- *申込/4月16日から、同 センター (☎75-2322) へ

託児あり **770** リフレッシュイベント

産後のママのための講座と エクササイズのイベントを、 「産前産後ケアあっぷる」と市が 共同で開催します。

ぜひお子さんと一緒にご参加 ください。

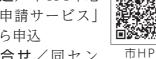
- ▶対象/産後4か月~1年未満 の女性(市内全地域)
- ▶とき/5月29日(木) 午前9時30分~11時30分
- ▶ところ/大垣市保健センター 2階ホール



- ▶定員/20人(先着順)
- ▶持ち物/飲み物、 運動しやすい服装、 ヨガマットまたは バスタオル、お子 さんの身の回り品



▶申込/市H P「電 子申請サービス」 から申込





▶問合せ/同セン ター(☎62−3112) へ

がん患者医療用補正具の購入に補助

がん患者の人の治療と就労、社会参加などの両立を支援するために、 医療用ウィッグ(全頭用)や乳房補正具などの購入費用の一部を補助します。

- *対象/がんと診断されて治療を受けた、または現在治療中で、 購入日および申請日に大垣市内に住所がある人
- *必要書類/申請書、本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード など)、がんの治療を受けたまたは現在受けていることを確認できる 書類、補正具などの購入に係る領収書および明細書(品名などの 記載があるもの)、振込先の分かる書類、印鑑
- *申込/購入した日の翌日から6か月以内に、申請書に記入の上、 必要書類とともに大垣市保健センター(☎75-2322)へ
- *備考/補助の対象となる補正具などは令和6年4月1日以降に購入 したものです。また、岐阜県および他の市町村から補助を受けて いる場合は申請できません

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/4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 理学療法士・歯科 衛生士・栄養士・ 保健師による相談	5/20(火)・27(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)
	5/20(火)	上石津保健センター (☎45-2933)
	5 / 8 (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	5/9(金)	大垣市役所 3 階会議室 3 - 1
	5/13(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)

AED貸出制度のご利用を

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」を貸し出しています。事前申請の上、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

申請方法など詳しくは、大垣市保健 センター(☎75-2322) 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 一緒に運動しよう会(運動機能向上)

- *とき/5月3・10・17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階まちなかリハビリサロン(南頰町)
- *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

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/①5月13日(火) 午前9時30分~11時 ② 5 月14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 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
- *問合せ/リハの木の岸本さん(☎090-1562-1130)へ

理学療法士と看護師が行う買い物deフレイル予防教室(フレイル の対策と体操を学ぶ)

- *とき/①5月13日 ②5月27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A (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。移動が困難な人には送迎もあり(要相談)
- *申込/開催日の1週間前までに、㈱リリフル (☎84-2325) へ

音楽と心と体の健康維持を! (音楽療法)

- *とき/5月15日(木) 午後1時30分~2時30分
- *ところ/サンヴェール大垣(東町)
- *定員/15人(先着順、事前予約)
- *備考/マスク着用で参加
- *申込/同施設(☎81-2215)へ

