

保健センターの教室など

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／2月2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／1月16日から、同センター(☎75-2322)へ

全地域 離乳食(中期～後期) ひよこステップ学級

- ▶ 対象／7～11か月児の保護者
- ▶ とき／2月6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／1月16日から、同センター(☎75-2322)へ

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 保健師・管理栄養士・歯科衛生士・理学療法士による相談	2/3(火)・17(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)
	2/17(火)	上石津保健センター(☎45-2933)
	2/12(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	2/10(火)	大垣市保健センター(☎75-2322)
	2/2(月)・20(金) ※2/2は午後1時～4時	大垣市役所 会議室3-1 ※申込は大垣市保健センターへ

受診はお済みですか？

国民健康保険特定健康診査

受診期限
1月31日

- ▶ 対象／40歳以上で、市国民健康保険に加入中で、今年度の特定健康診査を受診していない人 ※妊婦、6か月以上入院している人、すでに75歳になっている人を除く
- ▶ 受診方法／市の指定医療機関(市HPに一覧を掲載)
へ事前に電話で予約し、受診票とマイナ保険証または資格確認書を持って受診 ※紛失などにより受診票の再発行を希望する場合は、国保医療課へ連絡
- ▶ 受診料／500円(今年度末時点での年齢が40歳の人は無料)
- ▶ 備考／受診期限後も集団健診などで一部受診できる場合あり
- ▶ 問合せ／同課(☎47-8132)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／2月3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
- ▶ 受講料／200円
- ▶ 内容／親子で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／1月16日から、同センター(☎75-2322)へ

大垣地域 乳幼児相談

- ▶ とき／2月4・18・25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／1月15日から、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／1月15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

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／①2月3日(火) 午前9時30分～11時
②2月4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

- ▶ 問合せ／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／①2月7日(土) 午後1時30分～2時30分
②2月14日(土) 午後1時30分～2時30分
③2月21日(土) 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(南頬町)

- ▶ 定員／各20人(先着順)

- ▶ 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／①2月10日(火) 午後1時30分～3時30分
②2月24日(火) 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(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
※移動が困難な人は送迎もあり(要相談)

- ▶ 申込／1月15日から、(株)リリフル(☎84-2325)へ

AEDの日常点検を忘れずに

AED(自動体外式除細動器)は、事故や病気などで心停止した場合、心臓の状態を自動的に判断し、必要に応じて電気ショックを与え、正常な状態に戻す機能を持った医療機器です。緊急時にしっかりと作動するように、AED設置者は、機器が正常に作動するかどうかを示す表示灯や、電極パッド、バッテリーの有効期限などについて、定期的に確認しましょう。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。



まごころ

次の皆さんからご寄付(令和7年10・11月分)をいただきました。ありがとうございました
=敬称略=

[北こども園へ]

- ▷ 吉田光利
さつまいも約250kg

[川並幼稚園へ]

- ▷ 西美濃農業協同組合川並支店
さつまいも15kg

[宇留生小学校へ]

- ▷ (株)エイテックス
朝日写真ニュース掲示板、
朝日写真ニュース1年分

[長沢公園へ]

- ▷ 長沢町自治会 ソーラー時計 1基

[清水町緑地へ]

- ▷ 大垣東ライオンズクラブ
屋外時計1基、園内灯1個

[社会福祉事業充実のため]

- ▷ 秋桜会 54,625円

(続く)



市HP