

保健センターの教室など

全地域 マタニティ教室

- ▶対象/妊娠5～7か月の妊婦
- ▶とき/4月24日(金)
午前10時～11時
- ▶ところ/大垣市保健センター
- ▶内容/妊娠中に気を付けること(口腔ケアや食事)、出産に向けての心構えなど
- ▶定員/10人(先着順)
- ▶持ち物/母子健康手帳、飲み物
- ▶申込/4月3日から、同センター(☎75-2322)へ



- ▶持ち物/母子健康手帳
- ▶申込/上石津保健センター(☎45-2933)、墨俣保健センター(☎62-3112)へ



全地域 栄養相談

- ▶対象/市内在住で、食生活に不安がある人やその家族など
- ▶とき/4月23日(木)
①午前9時～
②午前10時～
③午前11時～(各30分間)
- ▶ところ/大垣市保健センター
- ▶内容/管理栄養士による栄養相談
- ▶定員/各1人(先着順)
- ▶持ち物/糖尿病手帳・保健指導依頼票(お持ちの人のみ)
- ▶申込/4月2日から、同センター(☎75-2322)へ



上石津・墨俣地域 乳幼児相談

- ▶対象/乳幼児を持つ保護者
- ▶とき/4月28日(火)
午前9時～11時
- ▶ところ/上石津保健センター、墨俣保健センター
- ▶内容/育児や発育などの相談

子育てママの運動教室 (託児あり)

妊娠・出産によって女性のからだは変化します。出産後トラブルを抱えていても、ママの健康は後回しにされがちです。

赤ちゃんのお世話は前傾姿勢が多く、猫背・肩こり・腰痛・腱鞘炎など、からだに大きな負担がかかります。

そのだっこの仕方、授乳の姿勢、大丈夫ですか。負担の少ない方法をマスターして、楽しく育児を乗り越えましょう。

託児もあります。ママと赤ちゃん、家族が笑顔になれる教室です。

- ▶対象/産後4か月～1年未満の女性(市内全地域)
- ▶とき/4月16日(木) 午前9時30分～11時
- ▶ところ/墨俣保健センター
- ▶内容/健康講座、体操、座談会
- ▶定員/15人(先着順)
- ▶持ち物/運動しやすい服装、飲み物
- ▶備考/同教室は毎月第3木曜日に開催
- ▶申込/毎月1日から、市HP「電子申請サービス」で申込
- ▶問合せ/同センター(☎62-3112)へ



市HP

いつまでも健康に！ 介護予防教室

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。

園芸で生活を楽しもう～香りを楽しみながら、花束を作らしよう～ (園芸療法)

- ▶とき/4月23日(木) 午後1時30分～3時
- ▶ところ/お勝山ふれあいセンターかたらいプラザ2階会議室
- ▶定員/20人(先着順)
- ▶持ち物/はさみ、持ち帰り用袋
- ▶参加費/600円
- ▶備考/マスク着用で参加
- ▶申込/4月1日から、お勝山在宅介護支援センター(☎71-2252)へ

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。詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

- ▶申請要件/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人が常駐



予防接種のご案内

問合せ
大垣市保健センター(☎75-2322)

◎RSウイルス(令和8年4月～開始)

- ▶対象/市内に住民票があり、妊娠28週0日～36週6日の人
- ▶接種回数/妊娠ごとに1回
- ▶接種場所/市内予防接種協力医療機関(要電話予約)
- ▶持ち物/予診票(記入して持参)、母子健康手帳、マイナンバーカード・運転免許証など本人確認ができるもの、妊娠週数がわかるもの(母子健康手帳で妊娠週数が確認できない場合)
※予診票は市妊婦健診票発行時に一緒に配布(令和8年2月までに市妊婦健診票を発行した人には3月上旬に郵送)

◎麻しん・風しん(2期)

- ▶対象/市内に住民票があり、令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれの人(4月上旬に予診票を送付)
- ▶接種期限/令和9年3月31日
- ▶接種場所/市内予防接種協力医療機関(要電話予約)
- ▶持ち物/予診票(記入して持参)、母子健康手帳、マイナンバーカードや子ども医療費受給者証など生年月日・住所が確認できるもの

◎高齢者肺炎球菌

- ▶対象/下表のとおり
- ▶接種期限/66歳の誕生日の前日まで
- ▶接種場所/市内予防接種協力医療機関(要電話予約)
- ▶接種料/3,500円 ※生活保護受給者などは無料(要事前手続き)
- ▶持ち物/事前に送付する予診票、マイナンバーカードなど本人確認ができるもの

対 象	
次の①・②いずれかの条件を満たす人 ※過去に接種したことのある人は、対象外となることがあるため、医療機関と要相談	
①	今年度65歳になる人 ※65歳の誕生日の翌月に案内と予診票を郵送しますのでご確認ください
②	60～64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に重い障がいがある人 およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがある人(身体障害者手帳1級相当) ※大垣市保健センターへ予診票の発行手続きが必要

◎帯状疱疹

- ▶対象/下表のとおり
- ▶接種期間/令和8年4月1日～令和9年3月31日
- ▶接種回数/①生ワクチン：1回
②組み換えワクチン(シングリックス)：2回
- ▶接種場所/市内予防接種協力医療機関(要電話予約)
- ▶接種料/①2,500円/回 ②6,500円/回 ※生活保護受給者などは無料(要事前手続き)
- ▶持ち物/予診票・接種済証(4月中旬～下旬に郵送)、マイナンバーカードなど本人確認ができるもの

対 象	
市内に住民票があり、次の①・②いずれかの条件を満たす人	
①	今年度65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人 ※70歳から5歳年齢ごとの人の接種は、令和11年度で終了予定 ※今年度の対象者は、5年後には対象外(対象は今年度限り)
②	60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがある人(身体障害者手帳1級相当) ※大垣市保健センターへ予診票の発行手続きが必要