

## 地域健康課からのお知らせ

※問い合わせは催しごとに記載の地域の地域健康課へ  
 ※会場の記載がないものは地域庁舎で ※費用の記載がないものは無料

▶問合先 地域健康課業務係

大森(〒143-0015大森西1-12-1) ☎5764-0661 FAX 5764-0659  
 調布(〒145-0067雪谷大塚町4-6) ☎3726-4145 FAX 3726-6331  
 蒲田(〒144-0053蒲田本町2-1-1) ☎5713-1701 FAX 5713-0290  
 糀谷(〒144-0033東糀谷1-21-15) ☎3743-4161 FAX 6423-8838

### 大森

#### 口から始める健康講座

食べる・飲み込むなどの口腔機能や誤えん性肺炎の予防に関する話と運動指導士による軽い体操

☎65歳以上の方  
 日2月7日(火)①午後1時30分～2時30分  
 ②午後3時～4時  
 会新井宿老人いこいの家  
 定先着各10名  
 申電話で

#### 歯周病予防教室 ～知るとナットク!お口の健康とからだの健康の関係～

知っているようでよく分からない歯周病のメカニズムや予防方法の話

☎区内在住の方  
 日2月15日(水)午後2時～3時  
 定先着15名  
 申電話で

### 調布

#### シニア世代の食生活講座 ～適正体重を保ってフレイル予防～

栄養不足にならないための食事のとり方の話と調理実演

☎65歳以上の方  
 日2月17日(金)午前10時～11時30分  
 定先着15名  
 申電話で

### 糀谷・羽田

#### 口から始める健康講座 ～オーラルフレイル予防の話と軽い体操～

食べる・飲み込むなどの口腔機能や誤えん性肺炎の予防に関する話と運動指導士による軽い体操

☎65歳以上の方  
 日2月7日(火)午後2時30分～3時30分  
 会萩中集会所  
 定先着15名  
 申当日会場へ



#### 土曜両親学級

講義「両親での子育て」、沐浴のデモンストレーションなど、出産・育児について学ぶ講座です。開催方法・会場・時間は区HPをご覧ください。

☎区内在住のおおむね妊娠5～9か月で、パートナーと参加できる方  
 日2月4・18日(土)  
 ※午前の部、午後の部有り  
 申区HPで  
 関地域健康課



詳細は  
 コチラ

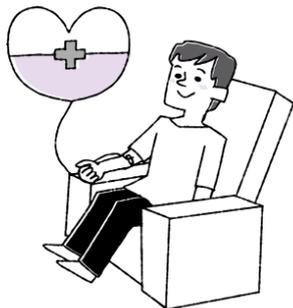


## 健康便り

### 1・2月は「はたちの献血キャンペーン」

輸血を待つ方のために、ご協力をお願いします。献血は、全国の献血ルーム、巡回の献血バスで行っています。本人確認ができるものをお持ちください。

関健康医療政策課地域医療政策担当  
 ☎5744-1264 FAX 5744-1523



### ゲートキーパー応用講座

ゲートキーパー(門番)として、相手に寄り添う相談の受け方を体験します。

☎区内在住の方か区内相談機関の職員で、区のゲート



詳細は  
 コチラ

キーパー基礎講座を受講した方  
 日2月15日(水)午後1時30分～4時  
 会消費者生活センター  
 定抽選で30名  
 申問合先へ電話かFAX(記入例参照)。  
 2月8日締め切り  
 関健康づくり課健康づくり担当  
 ☎5744-1683 FAX 5744-1523

### オンラインぜん息講習会 ～つるつるすべすべお肌をめざそう!今日からできるこどものスキンケア～

乳幼児の皮膚の清潔な保ち方や軟こうの塗り方など、看護師がスキンケア方法について解説します。

☎区内在住で、気管支ぜん息などに患っている方、乳幼児スキンケアに関心のある方、職務などで知識を必要とする方  
 日2月19日(日)午前9時30分～11時30分  
 定抽選で50名  
 申電子申請。問合先へ申込書(問合先へ電話かFAXで請求。区HPからも出力可)を郵送かFAXか持参も可。1月27日必着  
 関健康医療政策課健康政策担当  
 ☎5744-1246 FAX 5744-1523



詳細は  
 コチラ

## 2月の健診と健康相談

詳細はコチラ▶



事業名	対象、内容、日時など
母親学級(3日制)*	大森 2月14・21・28日(火)
	調布 2月6・13・20日(月)
	蒲田 2月2・9・16日(木)
	糀谷・羽田 2月1・8・15日(水)
育児学級*(生後7・8か月) 2回食への進め方、お口の発達とむし歯予防	大森 2月9日(木)
	調布 2月22日(水)
	蒲田 2月1日(水)
	糀谷・羽田 2月15日(水)
ママとわたしの食育クラス*(生後9～11か月) ママの食事と離乳食(3回食)	大森 2月10日(金)
	調布 2月10日(金)
	蒲田 2月2日(木)
	糀谷・羽田 2月16日(木)
育児学級*(1歳～1歳3か月) 幼児食への進め方、むし歯予防のポイント	大森 2月14日(火)
	調布 2月21日(火)
	蒲田 2月16日(木)
	糀谷・羽田 2月22日(水)
乳幼児 4か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査 歯科相談* 栄養相談*	○お子さんの受診日などは、区HPをご覧ください お問い合わせください ○該当者には郵便でお知らせします ○健康診査は、乳幼児の発育状態などの診査、必要に応じ保健・心理・歯科・栄養相談を行います
	3歳未満(障がいのあるお子さんは就学前まで)を対象に歯科相談
	離乳食の進め方や、幼児食の量・内容などの相談
	大人の食事相談* 生活習慣病の予防、肥満・血圧や血糖値が高めの方の食事など
大人 大人の食事相談* 生活習慣病の予防、肥満・血圧や血糖値が高めの方の食事など	大森 2月16日(木)午後・21日(火)午前
	調布 2月3日(金)午前・14日(火)午後
	蒲田 2月6日(月)午後・28日(火)午前
	糀谷・羽田 2月7日(火)・28日(火)午後
精神保健福祉相談*	こころの健康、思春期、認知症、アルコールなどの問題で悩んでいる方と家族

\*は地域健康課に予約が必要です  
 ※健康に関する相談はいつでも受け付けています

## おおた区民大学

### 1 じんけんカフェ

「行って・みて・感じて～自分の中の『かべ』～」(4日制)

▶日時 2月4・18日、3月4・11日(土)午後2時～4時(18日は午後1時から)  
 ▶会場 入新井集会所、国立ハンセン病資料館

### 2 地域学

「人の営みのつづくまち、鷺の木～大昔とちょっとむかし、そして今を知る～」(4日制)

▶日時 2月6・13・20・27日(月)午後2時～4時  
 ▶会場 鷺の木特別出張所

◇12ともに◇

▶対象 区内在住・在勤・在学の16歳以上の方  
 ▶定員 抽選で120名230名  
 ▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照)。電子申請も可。  
 1月25日必着  
 ▶問合先 地域力推進課区民協働・生涯学習担当  
 (〒144-8621大田区役所)  
 ☎5744-1443 FAX 5744-1518



詳細は  
 コチラ



### ありがとうございます あたたかい善意

◆地域力応援基金へ ○大森仏教会=119,000円  
 ◆福祉事業積立基金へ ○美容室ガレリア=85,372円

◆日本赤十字社の災害義援金・救援金を受け付けています  
 各災害義援金・救援金情報、寄付者の氏名・団体名などは区HPに掲載しています。