

## 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 FAX5764-0659  
 調布(〒145-0067雪谷大塚町4-6) ☎3726-4145 FAX3726-6331  
 蒲田(〒144-0053蒲田本町2-1-1) ☎5713-1701 FAX5713-0290  
 糎谷・羽田(〒144-0033東糎谷1-21-15) ☎3743-4161 FAX6423-8838

### 調布

#### 口から始める健康講座

口の衰えや誤えん性肺炎を予防するための話と体操を行います。

☎60歳以上の方

📅4月19日(金)

午後2時～3時

📍洗足区民センター

👤先着20名

📍当日会場へ



#### 出産準備教室(両親学級) (土曜開催)

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

📅4月6・13・20日(土)

※午前・午後の部有り

📄電子申請

📍地域健康課



詳細は  
コチラ▶

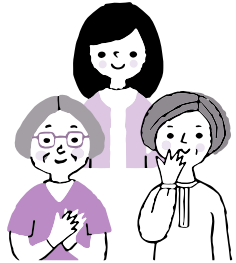


## 健康便り

### 3月1～8日は 「女性の健康週間」

女性の体は女性ホルモンの影響を受けてライフステージ(思春期・成熟期・更年期・高齢期)ごとに大きく変化していきます。

女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすためには、若い頃から正しい知識を身に付



詳細はコチラ▶

### はねびよん健康ポイントの 抽選応募が始まります!

はねびよん健康ポイントではウォーキングなど毎日の健康づくりでポイントがたまり、さまざまな景品が当たる抽選に参加できます。

☎区内在住・在勤で18歳以上の方  
 📄アプリ内で応募か、台紙(特別出張所、問合先などで配布)に付随した所定のはがきを郵送

●抽選応募期間 3月16～31日

📍健康づくり課健康づくり担当

☎5744-1661 FAX5744-1523

ダウンロードは  
コチラ▶

詳細はコチラ▶

## 要介護等高齢者紙おむつ等支給事業 商品点数変更のお知らせ

4月分の配送から、商品点数が変更になります。すでに受給されている方は、自己負担金が新たに発生する場合がありますのでご注意ください。詳細は3月分の紙おむつなどと一緒に配布する案内やカタログなどをご覧ください。

▶問合先 地域福祉課高齢者地域支援担当

大森 ☎5764-0658 FAX5764-0659

調布 ☎3726-6031 FAX3726-5070

蒲田 ☎5713-1508 FAX5713-1509

糎谷・羽田 ☎3741-6525 FAX6423-8838



### ひとりで悩んでいませんか?

## 3月は自殺対策強化月間です

区内で年間100名以上の方が自殺で亡くなっています。自殺の背景には健康問題、経済問題などさまざまな要因が複雑に関係しています。問題が深刻になる前に専門機関や区の相談窓口にご相談ください。

▶問合先 地域健康課健康事業係

大森 ☎5764-0662 FAX5764-0659

調布 ☎3726-4147 FAX3726-6331

蒲田 ☎5713-1702 FAX5713-0290

糎谷・羽田 ☎3743-4163 FAX6423-8838



詳細はコチラ▶



## 4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
出産準備教室(母親学級) (平日2日制)* 予約は3月1日から 受け付け、開催日の 3開庁日前締め切り	大森 4月9・16日(火) 午前9時30分から
	調布 4月8・15日(月) 午後1時30分から
	蒲田 4月11・18日(木) 午後1時30分から
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	糎谷・羽田 4月17・24日(水) 午前9時30分から
	大森 4月11日(休)
	調布 4月17日(水)
育児学級* (生後9～11か月) 3回食への進め方、 家族の食事について	糎谷・羽田 4月9日(火)
	大森 4月12日(金)
	調布 4月19日(金)
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	蒲田 4月11日(休)
	糎谷・羽田 4月10日(水)
	大森 4月23日(火)
4か月児健康診査	調布 4月9日(火)
	大森 4月23日(火)
	蒲田 4月25日(木)
1歳6か月児 健康診査	糎谷・羽田 4月18日(休)
	大森 4月23日(火)
	調布 4月9日(火)
3歳児健康診査	蒲田 4月25日(木)
	大森 4月23日(火)
	調布 4月9日(火)
歯科相談*	糎谷・羽田 4月18日(休)
	大森 4月23日(火)
	調布 4月9日(火)
栄養相談*	蒲田 4月25日(木)
	大森 4月23日(火)
	調布 4月9日(火)
離乳食の進め方 (生後5・6か月)* 離乳の開始について	糎谷・羽田 4月11日(休) 午後
	大森 4月11日(休) 午後
	調布 4月19日(金) 午後
	蒲田 4月11日(休) 午後
おとなの食事相談* 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	糎谷・羽田 4月11日(休) 午前
	大森 4月11日(休) 午後
	調布 4月19日(金) 午後
	蒲田 4月11日(休) 午後
おとなの食事相談* 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	糎谷・羽田 4月11日(休) 午前
	大森 4月18日(休) 午後・30日(火) 午前
	調布 4月11日(休) 午前・30日(火) 午後
	蒲田 4月8日(月) 午前・23日(火) 午後
おとなの食事相談* 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	糎谷・羽田 4月4日(休) 午前・23日(火) 午後
	大森 4月18日(休) 午後・30日(火) 午前
	調布 4月11日(休) 午前・30日(火) 午後
	蒲田 4月8日(月) 午前・23日(火) 午後

\*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

## 産業プラザ 大規模改修工事に伴う利用制限

令和7～9年度に、施設の長寿命化を目的に大規模改修工事を行います。貸室(ホール、会議室など)について、一部利用を休止します。貸室ごとに利用休止期間が異なりますので、詳細は問合先HPをご覧ください。

▶問合先 (公財)大田区産業振興協会 ☎3733-6477 FAX3733-6459



詳細はコチラ▶

## 人権問題への理解を深めましょう

### 職業差別をなくそう

～どの仕事も社会にとって大切です～

#### ●職業差別を知っていますか

ライフラインに関わる仕事、医療や介護、食材を提供する仕事、街をきれいに保つ清掃やごみ収集の仕事など、私たちはさまざまな仕事をする人に支えられて生活しています。しかし、感染症拡大の際には、患者だけでなく、治療のために働く医療従事者をはじめ幅広い職種の従事者たちが、心ない差別を受けました。差別は、必ずしも性別や年齢、障がいなどに限りません。仕事への偏見や理解の無さから従事者へ差別的な言動をするといった職業差別も存在します。

#### ●仕事もその人をかたちづくる一部です

仕事は社会を支える一方で、従事する人の生活の土台です。「この仕事は誰でもできる」、「誰もやりたがらない仕事だ」などと決めつけることは、仕事そのものだけでなく、従事する人を否定することにもつながります。

差別は何が理由となって起きるか分かりません。自分にとっての「ふつう」でも、誰かを否定的に決めつけていないか、振り返ることが大切です。新しい出会いが増える季節に向けて、自分の心を見つめ直してみませんか。

▶問合先 人権・男女平等推進課人権・男女平等推進担当

☎5744-1148 FAX5744-1556