

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
 糀谷・羽田(〒144-0033東糀谷1-21-15) ☎3743-4161 FAX6423-8838

大森

依存症家族教室(2日制)

依存症全般の幅広い知識を学びます。
 区内在住の依存症に関する健康問題
 にお困りの家族、支援者など

日10月26日、11月2日(土)

午前10時～正午

会入新井集会所

定先着35名

申電子申請。問合先へ電話も可。10月1日から受け付け



詳細はコチラ

ハッピー子育て大森(4日制)

イヤイヤ期などの子育ての話やグループワークを行います。

おおむね1歳6か月～2歳

6か月のお子さんと保護者

日11月5・12・19・26日

火午前9時30分～11時

定先着10組

※保育(未就学児12名)有り

申10月1日から電子申請



詳細はコチラ

口から始める健康講座

～噛む・飲み込む力を強くする!～

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。

定65歳以上の方

日11月19日(火)午後2時～3時

会ゆうゆうくらぶ大森西

定先着15名

申問合先へ電話。10月1日から受け付け

調布

気になったら始めよう!

歯周病ケア!

～歯周病予防教室～

歯周病予防の話、歯肉、歯周病菌の観察や口腔ケアの方法をお伝えします。

区内在住・在勤・在学の18歳以上の方

日10月31日(木)午後1時30分～3時

定先着15名

申問合先へ電話かFAX(記入例参照)が来所。10月1日から受け付け

口から始める健康講座

～噛む・飲み込む力を強くする!～

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。

定65歳以上の方

日11月15日(金)午後2時～3時

会シニアステーション田園調布西

(☎3721-8066)

定先着20名

申会場へ電話か来所。10月21日から受け付け

蒲田

口から始める健康講座

～噛む・飲み込む力を強くする!～

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。

定65歳以上の方

日①10月25日(金)=六郷地域力推進センター②11月18日(月)=下丸子図書館

※どちらも午後2時～3時

定先着①30名②15名

申問合先へ電話。10月1日から受け付け

ひきこもり家族教室

具体例を用いながら、家族の対応方法を考えます。

定ひきこもりの方の家族など

日11月9日(土)午後1時15分～3時

定先着50名

申問合先へ電話。10月1日から受け付け

糀谷・羽田

口から始める健康講座

～噛む・飲み込む力を強くする!～

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。

定65歳以上の方

日①10月25日(金)=萩中集会所②11月15日(金)=シニアステーション糀谷

(☎6423-7033)

※どちらも午後2時～3時30分

定先着①15名②10名

申①問合先②会場へ電話か来所。10月1日から受け付け

歯周病予防教室

～健康な体は歯周病予防から～

歯周病予防の話、顕微鏡で細菌観察、口腔内写真撮影、歯みがき実習など。

区内在住・在勤・在学の18歳以上の方

日11月12日(火)午後2時～3時30分

会羽田地域力推進センター

定先着15名

申問合先へ電話か来所。10月1日から受け付け

出産準備教室(平日2日制)

妊娠中や出産のこと、赤ちゃんの育児のことについて学びます。

日①11月5・12日(火)午前②11月11・18日(月)午後③11月7・14日(木)午後④11月20・27日(火)午前

出産準備教室(土曜日開催)

講義「両親で子育て」、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。

日11月9・16・30日(土)

※午前の部、午後の部有り

開催方法・会場・時間は区HPをご覧ください。

区内在住の妊娠中の方、家族など

申電子申請

日地域健康課



詳細はコチラ



11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
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 11月7日(休)
	調布 11月13日(休)
	蒲田 11月6日(休) 糀谷・羽田
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	大森 11月8日(金)
	調布 11月15日(金)
	蒲田 11月7日(休) 糀谷・羽田 11月13日(休)
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 11月19日(火)
	調布 11月12日(火)
	蒲田 11月28日(休)
	糀谷・羽田 11月14日(休)
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*
	むし歯予防教室
乳幼児	むし歯予防の話と仕上げみがきの練習(3歳未満)
	歯みがき教室
栄養相談*	離乳食の進め方や、幼児食の量・内容などの相談
離乳食の進め方* (生後5・6か月) 離乳の開始について	大森 11月7日(休)午後
	調布 11月15日(金)午後
	蒲田 11月7日(休)午後
	糀谷・羽田 11月28日(休)午前
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	大森 11月14日(休)午後・26日(火)午前
	調布 11月14日(休)午前・26日(火)午後
	蒲田 11月11日(月)午前・19日(火)午後
	糀谷・羽田 11月12日(火)午前・21日(休)午後

*は地域健康課に電話予約

※健康に関する相談はいつでも受け付けています

健康コラム Vol.7

知っていますか?正しい咳エチケット

感染症を広げないためには、咳エチケットが大切です

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症など、咳やくしゃみのしぶきに含まれた細菌やウイルスを吸い込むことで感染する感染症は数多くあります。「咳エチケット」とは、咳やくしゃみをするときに、他人に感染させないために、マスクやティッシュ、上着の袖を使って口や鼻をおさえることです。特に電車や職場、学校など人が集まる場所では咳エチケットを心がけましょう。

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の感染予防対策は、区HPをご覧ください。

正しい咳エチケット

悪い事例



① マスクを着用する。

② ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う(口と鼻を覆ったティッシュはごみ箱に捨てましょう)。

③ 上着の内側や袖で覆う。

咳やくしゃみを手でおさえる。

インフルエンザについてはコチラ▶



新型コロナウイルス感染症についてはコチラ▶



▶問合先 感染症対策課感染症対策担当 ☎4446-2643 FAX5744-1524