



健康栄養相談



健康について、悩みを相談しませんか。
 血圧測定、体組成計による測定もできます。

- ▶と き／6月10日(月)
 - ①午前9時30分から ②午前10時30分から
- ▶ところ／保健センター
- ▶持ち物／健康手帳(お持ちの人)、
 みそ汁(大さじ1杯程度、塩分測定希望者)
- ▶申込期限／6月6日(木)

乳幼児すこやか相談

子育てについて、悩みを相談しませんか。
 身体計測もできます。

- ▶と き／7月2日(火) 午前9時15分～11時
- ▶ところ／保健センター
- ▶対 象／乳幼児
- ▶持ち物／母子健康手帳
- ▶予約方法／QRコードから
 (当日予約のみ電話)



▲予約はこちら

にこにこキッチン

お子さんの食べムラ、好き嫌い、小食
 など食事に関して困っていませんか？
 食事を補うおやつ作り教室を開催します。

- ▶と き／7月10日(水) 午前10時～正午
- ▶ところ／ワイワイプラザ垂井 調理室 ▲予約はこちら
- ▶対 象／令和3年8月～令和4年5月生まれ
- ▶定 員／5組(先着順)
- ▶内 容／親子クッキング(バナナのシャーベット・オ
 レンジのシャーベット)
- ▶持ち物／母子健康手帳、エプロン、三角巾、マスク、
 手ふきタオル、お茶、筆記用具
- ▶申込期間／6月3日(月)～7月3日(水)
- ▶予約方法／QRコードから



6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」

食育は、生きる上での基本。知育・徳育・体育の基礎と
 位置付けられるとともに、さまざまな経験を通じて「食」
 に関する知識と「食」を選択する力を身に付け、健全な
 食生活を実践できる力を育むことです。食事バランスを
 整えることや野菜摂取、減塩など意識してみましよう。

骨の健康度測定



骨の健康状態をチェックします。手首にバルーン(音響
 センサー)をあて測定し、AからEの5段階評価で結果を
 お伝えします。

タッチパネルを使った脳年齢測定も行います。

- ▶と き／7月18日(木) 午前9時～正午、午後1時～5時
 7月19日(金) 午前9時～正午、午後1時～6時45分
- ▶ところ／保健センター
- ▶対 象／16～80歳(対象年齢以外の人でも測定は可能で
 ますが、測定結果が参考値となります)
- ▶定 員／30分ごとに10人(先着順)
- ▶内 容／・骨ウェーブによる骨の健康度測定
 ※骨ウェーブは医療機器ではありません。また、昨年度
 まで骨密度測定で使用していた超音波骨量測定装置
 (ビーナスⅢ)の機械とは異なりますのでご注意ください。
 ・らくらくウェルネスによる脳年齢の測定
 (希望者のみ)
- ▶予約開始／6月17日(月)
 午前8時30分から
- ▶予約締切／Web：7月15日(月)
 電話：当日
- ▶予約方法／電話またはQRコードから



▲予約はこちら

各種健診・がん検診が始まります

特定健診、ぎふ・すこやか健診、がん検診、
 30代健診、歯科健診の対象者に、ピンク
 色の封筒で案内を郵送しました。ご自分
 の健康を守るために、ぜひ受診してくだ
 さい。詳細は、保健センターホームペ
 ージをご確認ください。
 すべての健(検)診は予約制です。



▲保健センター
 ホームページ

健(検)診の種類	予約開始日	予約方法
・がん検診(集団) ・30代健診 ・特定健診(集団)	6月3日(月) 8:30	☎22-1021 保健センター WEB: https://go.mrso.jp/213616 24時間受付(実施日の5日前まで)。
・がん検診(個別) ・特定健診(個別) ・ぎふ・すこやか 健診	5月20日(月)	委託医療機関へ直接予約 ※予約の際には受診票が必要です。
・成人歯科健診 ・ぎふ・さわやか 口腔健診		歯科医院によって異なりますので、案内が届きましたら 直接歯科医院へお問い合わせください。



6月4～10日は「歯と口の健康週間」です

令和6年度の標語“歯を見せて 笑える今を 未来にも”

歯の健康寿命を延ばし、健康の保持増進につなげるた
 め、定期的な歯科受診と歯科疾患の予防に必要な知識や
 習慣を身につけましよう。

町では、対象者に成人歯科健診やぎふ・さわやか口腔健
 診の案内を送付しています。