

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  
 靴谷(〒144-0033東靴谷1-21-15) ☎3743-4161 FAX6423-8838

大森

シニア世代の食生活講座

バランスの良い食事のとり方の話と調理実演  
 ☎65歳以上の方  
 日7月21日(休)午前10時~11時30分  
 定先着15名  
 問合先へ電話。7月1日から受け付け

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・のみ込むなどの口腔機能の低下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①8月2日(火)=新井宿老人いこいの家②8月30日(火)=シニアステーション南馬込  
 ※いずれも午後1時30分~2時30分、3時~4時  
 定先着各10名  
 問合先へ電話。7月1日から受け付け

調布

口から始める健康講座

誤えん性肺炎予防の話と、運動指導士による軽い運動  
 ☎65歳以上の方  
 日①7月29日(金)=シニアステーション東嶺町(☎3753-3008)②8月19日(金)=シニアステーション田園調布西(☎3721-8066)  
 ※いずれも午後2時~3時  
 定先着①18名②14名  
 問合先へ電話。①7月19日②7月20日から受け付け

健康便り

80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を表彰します

靴谷・羽田・蒲田東・蒲田西・矢口・六郷特別出張所管内にお住まいの80歳以上で、自分の歯が20本以上ある健康な方  
 問合先へ電話。7月20日締め切り  
 蒲田歯科医師会 ☎3735-1004

食育動画を掲載しています

①「おおたの食育」毎日の食事にプラス一皿の野菜がとれるレシピ動画  
 ②「災害時の食事」パッククッキングで簡単調理のレシピ動画  
 問合健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1683 FAX5744-1523

はねぴょん健康ポイントの抽選応募が始まりました!

はねぴょん健康ポイントではウオー

靴谷・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・の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7月27日(水)午後2時30分~3時30分  
 会大森東老人いこいの家  
 定先着15名  
 問当日会場へ



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8月6・27日(出)  
 ※午前の部=午前10時~11時40分、午後の部=午後1時30分~3時10分  
 問区HPで  
 問地域健康課



詳細はコチラ

キングなど毎日の健康づくりでポイントがたまり、抽選でいろいろな景品が当たります。  
 問区内在住・在勤で18歳以上の方  
 問アプリ内で応募するか、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(〒135-0061豊洲郵便局留はねぴょん健康ポイント事務局行)  
 ●抽選応募期間 7月16~31日  
 問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

区民公開講座

1 心と体、人生も変わる笑医の力  
 日7月30日(出)午後3時~4時  
 ●講師 笑医塾塾長 高柳和江  
 2 COVID-19との対峙  
 ~2年半の経験から学んだこと・残された課題~  
 日7月30日(出)午後4時10分~5時10分  
 ●講師 東邦大学教授 館田一博  
 ◇1|2ともに◇  
 問産業プラザ



詳細はコチラ

8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 8月18日(休)	
	調布 8月10日(休)	
	蒲田 8月3日(休)	
	靴谷・羽田 8月2日(火)	
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 8月19日(金)	
	調布 8月4日(休)	
	蒲田 8月18日(休)	
育児学級* (1歳~1歳3か月) 幼児食への進め方とむし歯予防のポイント	大森 8月23日(火)	
	調布 8月9日(火)	
	蒲田 8月25日(休)	
	靴谷・羽田 8月17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	
	○午前=午前9時~正午 ○午後=午後1時30分~4時	
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 8月25日(休)午後・30日(火)午前	
	調布 8月5日(金)午前・22日(月)午後	
	蒲田 8月1日(月)午後・16日(火)午前	
	靴谷・羽田 8月2日(火)・25日(休)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

お済みですか? お子さんの予防接種

種類	定期予防接種の対象者	接種回数
①ロタウイルス	(1価)生後6週~24週	2回
	(5価)生後6週~32週	3回
	1価、5価どちらか生後2か月~生後14週6日まで初回接種	
②Hib(ヒブ)	生後2か月~5歳未満	4回
③小児肺炎球菌	生後2か月~5歳未満	4回
④B型肝炎	1歳未満(2~9か月が標準的です)	3回
⑤BCG(結核)	1歳未満(5~8か月が標準的です)	1回
⑥DPT-IPV(4種混合)	生後3か月~7歳6か月未満	4回
⑦MR(麻しん、風しん)	1期 1~2歳未満	1回
	2期 5~7歳未満で小学校就学前の1年間(年長児の4月1日~翌年3月31日)	1回
⑧水痘(水ぼうそう)	1~3歳未満	2回
⑨日本脳炎	1期 生後6か月~7歳6か月未満	3回
	2期 9~13歳未満	1回
⑩DT(2種混合)	11~13歳未満	1回
⑪HPV(ヒトパピローマウイルス感染症)	小学6年~高校1年生の年齢相当の女性	3回

②③接種を開始した月齢によって接種回数が異なります。詳細はお問い合わせください。  
 ⑥不活化ポリオとDPTを4回接種した方は、接種の必要はありません。  
 ⑨次のいずれかに該当する方は特例措置として接種できます。  
 (1)平成7年4月2日~19年4月1日生まれの20歳未満  
 (2)平成19年4月2日~21年10月1日生まれの第2期接種対象の方  
 詳細はお問い合わせください。  
 ⑨⑩6月下旬に対象者へ予診票を郵送。  
 ⑪令和4年度から対象者へ予診票を郵送予定。  
**▶問合先 感染症対策課感染症対策担当 ☎5744-1263 FAX5744-1524**

問7月1~25日に区HPから申し込み  
 問健康医療政策課地域医療政策担当 ☎5744-1264 FAX5744-1523

歯科健康診査

◆成人歯科健康診査  
 問区内在住の20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・76・80歳の方  
 ※令和5年3月31日時点の年齢。対象の方には案内を郵送しています  
 日7月1日~令和5年1月31日

問実施医療機関へ申し込み  
 問健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1265 FAX5744-1523  
 ◆幼児歯科健康診査とフッ化物塗布  
 ●対象、回数  
 2歳児、3・4歳児、4・5歳児、5歳~就学前の各1回  
 問1歳6か月児・3歳児健康診査の案内に同封の受診券を実施医療機関へ持参  
 問健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1661 FAX5744-1523