

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
▶問合せ先 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

調布

口から始める健康講座 ～「ささいな衰え」を見逃さないために～

オーラルフレイルや誤えん性肺炎の予防の話と運動指導士による軽い体操でおいしく安全に食べられる体づくりを目指します
 ⑥60歳以上の方
 ④4月20日(休)午後2時～3時
 ⑤洗足区民センター(☎3727-1461)
 ⑦先着15名
 ⑧会場へ電話か来所。3月1日から受け付け

土曜両親学級

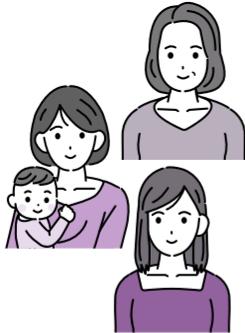
講義「両親での子育て」、沐浴のデモンストレーションなど、出産・育児について学ぶ講座です。開催方法・会場は区HPをご覧ください。
 ⑥区内在住のおおむね妊娠5～9か月で、パートナーと参加できる方
 ④4月8・15・22日(出)
 ※午前の部・午後の部有り
 ⑥区HPで
 ⑧地域健康課
 詳細はコチラ



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でライフステージ(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、正しい知識を身に付け、ライフ



ステージに応じた上手なセルフケアをすることが大切です。
 ⑧健康づくり課健康づくり担当
 ☎5744-1683 FAX 5744-1523

はねぴょん健康ポイントの抽選応募が始まります!

はねぴょ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。
 ⑥区内在住・在勤で18歳以上の方
 ⑧アプリ内で応募するか、台紙(特別出張所、問合せなどで配布)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
 ⑧健康づくり課健康づくり担当
 ☎5744-1661 FAX 5744-1523

狂犬病の予防注射をお忘れなく



現在、日本では、犬・ヒトを含めて狂犬病の発生はありません。しかし、日本の周辺国を含む世界のほとんどの地域で狂犬病が発生しており、日本は常に侵入の脅威にさらされています。令和2年には、国外で犬にかまれて感染し、国内で発症・死亡した症例が、14年ぶりに確認されました。
 犬の飼い主一人ひとりが狂犬病の正しい知識を持ち、飼い犬の登録と予防注射を確実に行って、狂犬病の感染拡大を防ぎましょう。

狂犬病予防定期集合注射

区に犬の登録をしている方へ、3月下旬に案内と申請書などを郵送します。申請書がなくても狂犬病予防注射は受けられます。
 ▶実施期間 4月8～17日
 ▶会場 指定動物病院
 ▶費用 3,750円
 ●狂犬病予防注射と注射済票の交付が一度にできます。また、犬の新規登録も受け付けます(犬鑑札交付手数料3,000円)



詳細はコチラ

引っ越しをしたときは

●区内で転居、区へ転入したときは、地域健康課で住所変更などの手続きが必要です ※環境省の指定登録機関にマイクロチップ情報登録がある方は、指定登録機関へ届け出してください
 ▶問合せ先 生活衛生課環境衛生課担当 ☎5764-0670 FAX 5764-0711

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
母親学級(3日制)* 予約は3月1日から受け付け	大森 4月11・18・25日(火)
	調布 4月10・17・24日(月)
	蒲田 4月13・20・27日(木)
	糀谷・羽田 4月は実施しません
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 4月6日(休)
	調布 4月19日(休)
	蒲田 4月12日(休)
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 4月7日(金)
	調布 4月14日(金)
	蒲田 4月13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 4月11日(火)
	調布 4月18日(火)
	蒲田 4月27日(休)
4か月児健康診査	○お子さんの受診日などは、区HPをご覧ください ○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
	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*	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、個別相談	大森 4月6日(休)午後
	調布 4月21日(金)午前
	蒲田 4月13日(休)午後
	糀谷・羽田 4月13日(休)午前
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 4月13日(休)午後、18日(火)午前
	調布 4月6日(休)午前、24日(月)午後
	蒲田 4月10日(月)午前、18日(火)午後
	糀谷・羽田 4月13日(休)午後、18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

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



区内で年間約100名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。

▶問合せ先 地域健康課健康事業係
 大森 ☎5764-0662 FAX 5764-0659
 調布 ☎3726-4147 FAX 3726-6331
 蒲田 ☎5713-1702 FAX 5713-0290
 糀谷・羽田 ☎3743-4163 FAX 6423-8838



詳細はコチラ



ありがとうございます あたたかい善意

- ◆区政のために ○山田栄明=3,000円
- ◆地域力応援基金へ ○城南質屋協同組合=200,000円
- ◆子ども生活応援基金へ ○大田区美術家協会=700,000円 ○穂元八浪=30,000円
- ◆大学等進学応援基金へ ○栃木邦彦=1,000,000円 ○岡田美枝子=25,000円
- ◆児童福祉のために ○大森本場乾海苔問屋協同組合=絵本
- ◆図書館のために ○本田康夫=100,000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。