

地域健康課からのお知らせ

※申し込み・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

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 FAX5713-1509
 梶谷(〒144-0033東梶谷1-21-15) ☎3743-4161 FAX6423-8838

調布

シニア世代の方向け
 ～フレイルを知っていますか？
 予防と対策、塩分測定など～
 (個別栄養相談)

☎65歳以上の方
 日6月11日(金)午前9時～11時
 定先着6名(1人45分程度)
 申電話で

蒲田

シニア世代の食生活講座
 ～目指せ！元気な100歳～
 (個別相談)

簡単にできるレシピの紹介もします。
 ☎65歳以上の方
 日6月9日(水)午前9時～11時(1人40分程度)
 定先着6名 申電話で

6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		
乳幼児	4か月児健康診査	○お子さんの受診日などは、区HPをご覧くださいか、地域健康課へ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	
	1歳6か月児健康診査		
	3歳児健康診査		
	歯科相談*		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
	栄養相談*		離乳食の進め方や、幼児食の量・内容などの相談
大人の食事相談*	大森	6月8日(火)午前・30日(水)午後	○午前=午前9時～正午 ○午後=午後1時30分～4時
	調布	6月11日(金)・24日(水)午後	
	蒲田	6月7日(月)・15日(火)午後	
	梶谷・羽田	6月1日(火)・24日(水)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その家族		

*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

妊娠・育児に役立つ動画を配信しています！

妊娠期の食事は赤ちゃんが健やかに成長するためにとても大切です。毎日食べている食事をどのように気をつけたらいいの、何を食べたらいいの、控えた方がよいものは何か、分からないことも多いですね。詳細はコチラ▶

●妊娠中の食生活ガイド

妊娠中は栄養バランスのとれた食生活でおなかの赤ちゃんに必要なエネルギーと栄養素を送ることが大切です。おすすめレシピの作り方も紹介しています。

●離乳食のテクニック

離乳食作りの基本は、[ゆでる][つぶす][きざむ]です。発達に合わせて食べ物のかたさと量、種類を増やし、飲み込みやすく食べやすいように工夫しましょう。

●赤ちゃんの食生活と歯について

口の中のむし歯菌が糖を分解して酸をつくり、歯の表面を溶かします。これがむし歯の始まりです。歯磨きのポイントなどを紹介しています。

在宅で医療を受けたい方のために 往診などに関する相談をお受けします

▶対象 区内在住の方とその家族

◆在宅医療相談窓口専門ダイヤル

☎5744-1632

(午前9時～正午。休日・年末年始を除く)

※お住まいの地区ごとに相談受付日が異なります

▶問合先 健康医療政策課地域医療政策担当 ☎5744-1264 FAX5744-1523

暮らしの衛生パネル展

ネズミや蚊などの防除や衛生的な室内環境づくり、食中毒の予防、ペットの飼い方などをご紹介します。

日5月21日(金)～25日(火)午前9時～午後10時
 ※21日は正午から。25日は午後3時まで

会大田文化の森
 調生活衛生課環境衛生担当
 ☎5764-0694 FAX5764-0711

わかちあいの会

身近な人を自死(自殺)で亡くされた方が、悲しみや苦しみを分かち合い、

健康便り

保護者向けぜん息健康相談会

ぜん息のメカニズムや治療方法などの最新情報をお伝えします。当日の開催状況は区HPをご確認ください。詳細はコチラ▶

☎ぜん息に罹患している児童・生徒の保護者

日5月7日(金)午後3時30分～5時

会平和島公園プール会議室

定先着30名程度

申当日会場へ

調健康医療政策課健康政策担当

☎5744-1246 FAX5744-1523

梶谷・羽田

ハッピーママ
 ～お子さんの困った行動への対応を学ぶ～(2日制)

日1歳3か月～おおむね2歳のお子さんの母親

日5月21日、6月11日(金)午前10時～11時30分

定先着10名

申電話で。保育有り(未就学児先着10名)



土曜両親学級(オンライン)

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。



日区内在住のおおむね妊娠5～9か月で、パートナーとオンライン(ZOOM)で参加できる方

日6月5・12・19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)

申区HPで



詳細はコチラ▶

AEDはいつ使うの？

意識のない方を見かけたら

まずは周りの人へ助けを求めます。119番通報をして救急車を呼ぶ人、AED(自動体外式除細動器)を持って来ると、役割分担して助け合いましょう。

普段どおりの呼吸をしていない場合は、心臓マッサージを行い、AEDは到着次第、使用してください。

救急車が到着するまでの間の処置で救える命があります。目の前の人を助けるために、できるだけ早くAEDを使いましょう。



AEDはどこにあるの？

区施設、交番・消防署、駅、区内セブン-イレブン(一部店舗を除く)などに設置してあります。区内の設置場所は区HPをご覧ください▶



▶問合先 健康医療政策課健康政策担当 ☎5744-1262 FAX5744-1523

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

大田区における新型コロナウイルス感染症対策については、区HPをご覧ください。詳細はコチラ▶



症状がある・感染が疑われる方／新型コロナ受診相談窓口

東京都発熱相談センター(24時間対応)

☎5320-4592

大田区相談センター(平日午前9時～午後5時)

☎5744-1360
 FAX5744-1524

感染への不安のある方

東京都新型コロナコールセンター

(午前9時～午後10時/土・日曜、休日も対応)

※多言語(英・中・ハングル)による相談も可

☎0570-550571
 FAX5388-1396

【ご注意ください】新型コロナワクチン接種の関連詐欺

- 接種は無料です。接種のために金銭を要求されることはありません
- ワクチンの接種券が届く前に、区や国などの職員から連絡が来ることはありません
- 「ワクチン接種のご案内」をかたった不審なメールには返信しない・URLは開かないでください

不安なことがあったら新型コロナワクチン詐欺消費者ホットライン(☎0120-797-188)へ

支え合うための集いです。

日5月18日、7月20日、9月21日、11月16日、令和4年1月18日、3月15日(火)午後2時～4時

会蒲田地域庁舎

定先着各10名

申問合先へ電話

調健康医療政策課健康政策担当

☎5744-1728 FAX5744-1523

ゲートキーパー基礎講座

身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、支援につなげるゲートキーパー(門番)の養成講座です。

日区内在住の方、区内相談機関の職員

日6月9日(水)午前9時30分～11時30分

会蒲田地域庁舎

定先着50名

日5月1日～6月2日に問合先へ電話かFAX(記入例参照)

調健康医療政策課健康政策担当

☎5744-1728 FAX5744-1523

尿もれ予防体操と筋力アップ教室

日区内在住で尿もれ予防に関心があり、要介護認定を受けていない方

日6月9・23日(水)午後2時～3時30分

会調布地域庁舎

定先着各20名

申5月6日から問合先へ電話

調調布地域福祉課高齢者地域支援担当

☎3726-6031 FAX3726-5070