

買い物の場で「ちよこつと体操教室」を実施します

健康企画課 ☎65・7779

買い物のついでにちよこつと体力測定をし、簡単な体操で体を動かしてみませんか。
筋力や柔軟性・バランスのチェック、運動指導士等による気軽に家でもできる転倒予防体操を紹介します。
事前予約は不要です。気軽にお越しください。

【とき】

5月12日(水)、26日(水)
体力測定…13時30分～14時
体操紹介…14時30分～15時

【ところ】

アル・プラザ長浜(小堀町)
【定員】各日15人(先着順)



民生委員にご相談ください

社会福祉課 ☎65・6536

民生委員を知っていますか

民生委員とは、地域住民からの生活や福祉全般の相談に応じるボランティアです。相談内容により適切な専門機関へ「つなぐ」役割を担っています。

民生委員は児童委員を兼ねており、その中には、児童福祉を専門に担当する主任児童委員もいます。

民生委員の組織

市内では、約320人の民生委員が、それぞれに担当地域を受け持っています。また、市全体の協議会の中に15の地区協議会を組織し、委員同士の情報交換や研修に努めています。

民生委員の氏名と担当自治会は、市

ホームページに掲載しています。個別の民生委員の連絡先など詳しくは、担当課までお問い合わせください。

5月12日は「民生委員の日」です

民生委員は、地域の身近な相談役という役割のほか、高齢者の見守りや登下校時のスクールガード、子育てサロンの開催など、地区ごとに幅広い活動に取り組んでいます。

この機会に民生委員の活動を知り、介護や子育てなどの心配・不安があるときは、一人で悩まず、地域の身近な相談役である民生委員へお気軽にご相談ください。



保健だより

長浜市保健センター(健康推進課)
☎65-7751(子育て、成人の相談)
☎65-7759(保健予防事業について)

保健センター高月分室(北部健康推進センター)
☎85-6420

～成人男性の風しん抗体検査・予防接種を実施しています～

風しんの発生およびまん延防止のため、これまでに風しんの予防接種を受ける機会がなかった人に対して、風しんの抗体検査・予防接種を無料で実施しています。

対象者	期限
昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の期間に生まれた男性 ※対象の人には市からクーポン券を送付します。	令和4年2月28日(月)

- 抗体検査は事業所健診(職場での健康診断)や全国の医療機関で実施できます。事業所健診は事前に職場にお問い合わせください。
全国の医療機関一覧は市または厚生労働省ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ



▲厚生労働省ホームページ

乳幼児健診

受付時間：奇数日生まれ(13時～13時35分) 偶数日生まれ(13時35分～14時15分)

健 診	対象児の生年月日	会場・実施日		持ち物 【共通】母子健康手帳 質問票、バスタオル *同伴の人は必ずマスクの着用
		保健センター 長浜・浅井・びわ・ 虎姫地区(通訳あり)	高月分室 湖北・高月・木之本・ 余呉・西浅井地区	
4か月児健診	令和3年2月	1～15日生	6月23日(水)	6月21日(月)
		16～末日生	6月24日(木)	
10か月児健診	令和2年8月	1～15日生	6月15日(火)	6月17日(木)
		16～末日生	6月16日(水)	
1歳8か月児健診	令和元年10月	1～15日生	6月10日(木)	6月14日(月)
		16～末日生	6月11日(金)	
2歳8か月児健診	平成30年10月	1～15日生	6月7日(月)	6月9日(水)
		16～末日生	6月8日(火)	
3歳8か月児健診	平成29年10月	1～15日生	6月1日(火)	6月3日(木)
		16～末日生	6月2日(水)	

来場する保護者および乳幼児が、次の場合は受診を延期して、体調が回復したうえで、次回健診にお越しください。①健診当日に発熱や風邪症状が持続している。②過去2週間以内に発熱があった。③濃厚接触者の経過観察期間に該当する。
○お住まいの地区以外の会場で受診する場合は、2日前までに連絡してください。
○感染症対策として、計測・診察時にバスタオルを使用しますので、ご持参ください。

子育て個別相談会

子育て個別相談会、離乳食のおはなしタイムのどちらも定員あり、申し込み順です。

●予約制で個別相談会を実施します(毎月1日より予約受付)

妊娠中の心身のことやお子さんの発育・発達、歯科、栄養面等について専門スタッフが疑問や不安にお答えします。

身体計測のみ(要予約)も可能です。※1人につき30分程度

【対 象】妊婦さん、0歳～就学前のお子さんと保護者

【時 間】9時30分、10時、10時30分、11時

※5月20日(木)オンライン相談あり(要予約、ZOOM)

対 象	開催日	通 訊	会 場
長浜・浅井・びわ・ 虎姫地区にお住まいの人	5月20日(木)	○	保健 センター
湖北・高月・木之本・ 余呉・西浅井地区に お住まいの人	5月25日(火)		高月分室

●離乳食のおはなしタイム(随時予約受付)

離乳食のすすめ方や心配ごと、相談など栄養士が個別で対応します。 ※1人につき30分程度

【時 間】9時30分、10時、10時30分、11時

【日 程】子育て個別相談会と同じ日程

【対 象】5～8か月のお子さんを持つ保護者

【持ち物】母子手帳、水筒

バスタオル(身体測定を希望する人)

離乳食の動画を配信しています。

各会場予約申込み先

・保健センター ☎65-7751
・高月分室 ☎85-6420



▲離乳食動画

●市政に関するご意見

●広報ながはまに関するご意見 (今後、特集を希望するテーマ)

年齢 歳 (男性 ・ 女性)

※担当課からの返事をご希望の場合は、氏名・ご住所・連絡先(電話・メールなど)をご記入ください。