

【ページ番号検索】市ホームページには「ページ番号検索」機能があります。7桁の番号を入力すると直接該当ページにアクセスできます。(掲載例: [HP 1234567](#))

来年1月の
日程
相談、
検査など

※料金はい
ずれも無料
です。
※ご連絡を
いただいた
時点で、定
員に達して
いる場合が
あります。
ご了承くだ
さい。

事業名	実施日	受付／実施時間	場所	対象者・申込先
育児相談会	13日(火) 20日(火) 27日(火)	午後1時～2時30分 午前9時～10時30分	北 中 南	保健師・管理栄養士・栄養士に育児について相談したい人。各保健センターへ予約。
パパママ学級	14日(火) 19日(月)	午前9時15分～ 午後1時～	南 中	妊娠とその家族。12月25日(木)までに市ホームページ(HP 1015798)から予約。
オンライン パパママ学級	18日(日)	午前10時～11時15分	自宅	Zoomが利用できる妊娠とその家族。定員15組。市ホームページ(HP 1003591)から予約。
予約制による 幼児歯科薬物 (フッ化物)塗布	13日(火) 20日(火) 27日(火)	市ホームページ 中 南 北	1歳以上の人未就学児。母子健康手帳を持参。12月25日(木)までに市ホームページのインターネット予約または電話(050-3659-7647)で保健予防課へ。※来年2月実施分の予約は1月1日(木・祝)から開始。	
離乳食教室	8日(木) 20日(木)	午前10時～ 午後1時15分～ 午後1時5分～	北 ウゴクテ	生後4～6ヶ月の乳児の保護者。市ホームページ(HP 1023898)から予約。問い合わせは保健づくり課へ。
エイズ検査	5日(月) 19日(月)	午後1時20分～3時 午後5時～6時 午後1時20分～3時	保健所 3階	感染症・医療業務課へ予約(匿名で検査可)。相談は感染症・医療業務課または各保健センターへ。
骨密度測定	13日(火)	午前9時30分～11時30分	中	市内在住の18歳以上の人。中保健センターへ予約。
愛犬の しつけ方教室	16日(金)	午後1時	保健所 1階	犬の飼い主、犬を飼いたい人。市ホームページ(HP 1025427)のインターネット予約または電話(開庁日時)で生活衛生課へ。
医師による 精神保健相談	21日(水)	午前10時～11時30分	保健所 3階	地域保健課へ予約。
女性健康相談	土日祝 休日を 除く 毎日	午前9時～午後5時	中・南 ・北	女性特有のからだや心の悩みについて相談したい人。面接による相談は要事前申込。
健康相談			中・南 ・北など 地・中 南・北	心身の健康について相談したい人。面接による相談は各保健センターへ予約。
精神保健相談			地・中 南・北	メンタルヘルスにお悩みがあり相談を希望する人。問い合わせは地域保健課、各保健センターへ。

柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」来年1月の教室

当日教室開始30分～15分前に整理券を配布 **申込不要**し、定員を超えた場合は抽選。◎日程、持ち物など、詳細は市ホームページ([HP 1023919](#))に掲載。無料教室もあり。問 柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」(徹明通2-18柳ヶ瀬グラッスル35 3階・[214-3760](#))※木曜日、12月29日(月)～1月3日(土)は休館

有料教室(250円)

・優しいエアロ・ボディコンパクト・はじめてフラダンス
・リラックスヨガ・デトックスヨガ・ステップエクササイズ
・ピラティス・ストレッチ&ヨガ・ペルヴィス®フローダンス
・バトン・ZUMBA®(ズンバ)・ラテンエアロ・健美体操
・美ボディエクササイズ・はじめてヨガ・ヘルスマッピング

長良川健康ステーション来年1月の教室

当日教室開始1時間～10分前に整理券を配布し、定員(各28人)を超えた場合は抽選。問 長良川健康ステーション(早田字北堤外地区内・[215-0605](#))※木曜日、12月29日(月)～1月3日(土)は休館

教室名
※室内用運動靴必要
日程など詳細

・足腰しっかり体操・からだスッキリストレッチ
・栄養セミナー・エアロピクス・体幹バランス
・脳活運動教室・健康筋トレ教室・ピラティス
・はじめてのノルティック・ボールエクササイズ
・はじめてのヨガ・モーニングヨガ・バレトン
・ボディメンテナンス・腰痛・肩こり改善教室
・ボディシェイプ・美BODY(ボディ)エクササイズ
・はじめての筋トレ・リンパストレッチなど

生涯学習センターの講座

●エッ！なにこれ？どうなってるの!?～数学で創る立体錯視のアートな世界～ ◆日時 来年2月7日(土)午後2時～3時30分 ◆講師 杉原厚吉さん(数理工学者) ◆受講料 300円 ◆定員 80人 ◆申込締切 1月21日(木)

●誰もが「助けて」と言える社会を目指して！ 受講無料
～困った時、苦しい時こそお互い様～

◆日時 来年2月8日(日)午後2時～4時

◆講師 青山織衣さん(ボランティアコーディネーター)

◆定員 50人 ◆申込締切 1月26日(月)

●楽しく学んで、コーヒーにひたろう ◆日時 来年2月18日(火)午後2時～3時30分 ◆講師 福田雄也さん(UCCコーヒー豆バイヤー) ◆受講料 300円

◆定員 50人 ◆申込締切 2月4日(火)

【共通】◆場所 ハートフルスクエアG(橋本町1-10-23) ◆申込・問 各締切日(必着)までに往復はがき

※(1人1枚)を生涯学習センター(〒500-8521橋本町1-10-23・[268-1050](#))へ郵送または岐阜市生涯学習センターホームページの申込フォーム

から申し込む。申込者多数の場合は抽選。

※講座名、郵便番号・住所、氏名(ふりがな)、年代、電話番号を記入。詳細はこちら⇒

サンライフ岐阜の教室

◆期日 来年1月18日(日) ◆時間 午前10時～午後4時

◆内容 「もやもや病」の講演・交流会、個別相談(脳神経外科疾患、難病医療制度など) ◆場所 OKBふれあい会館(薮田南5-14-53) ◆申込・問 12月23日(火)～1月20日(火)に電話またはファックス、EメールでNPO法人岐阜県難病団体連絡協議会(☎[214-8733](#)・✉[gifu-nanbyo.kng@gifu.email.ne.jp](#))へ。

申込者多数の場合は抽選。

乳幼児健康診査(予約制)

対象者に案内を郵送しています。◎詳細は、市ホームページ([HP 1003577](#))に掲載。問い合わせは各保健センターへ。

がん検診

◆内容 ①胃がん(胃部エックス線検査) ②肺がん・結核 ③乳がん ④胃がん(胃内視鏡検査) ⑤大腸がん ⑥子宮がん

◆申込 ①～⑥は市ホームページのインターネット予約または電話([050-3659-7647](#))で保健予防課へ。

※来年2月実施分の予約は1月1日(木・祝)から開始。

問 航空自衛隊岐阜基地涉外室[☎]382-1101内線2273

QRコード

HP 1004330

QRコード

HP 10