

11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	10日(火) 17日(火) 24日(火)	午後1時～2時30分 午前9時～10時30分	北 中 南	育児について保健師・管理栄養士・栄養士に相談したい人／各保健センターへ予約
パパママ学級	11日(水) 20日(金)	午前9時15分～	南 北	妊婦とその家族／10月25日(日)までに市ホームページ(☎ 1015798)から予約
オンライン パパママ学級	15日(日)	午前10時～11時15分	自宅	Zoomが利用できる妊婦とその家族／定員15組 市ホームページ(☎ 1003591)から予約
予約制による 幼児歯科薬物 (フッ化物)塗布	10日(火) 17日(火) 24日(火)	市ホームページ (☎ 1004339) に掲載	中 南 北	1歳以上の未就学児(母子健康手帳を持参)／10月25日(日)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(開庁日時)で保健予防課へ ※12月実施分の予約は11月1日(日)から開始
離乳食教室	24日(火) 27日(金)	午後1時15分～ 午前10時～ 午後1時15分～	南 ウゴクテ	令和8年5月～令和8年7月生まれの子の保護者／市ホームページ(☎ 1023898)から予約 問い合わせは健康づくり課へ
エイズ検査	2日(月) 16日(月) 30日(月)	午後1時20分～3時 午後5時～6時 午後1時20分～3時 午後5時～6時	保健所 3階	感染症・医務業務課へ予約(匿名で検査可)※相談は感染症・医務業務課または各保健センターへ
骨密度測定	18日(水)	午前9時30分～11時30分	南	市内在住の18歳以上の人／南保健センターへ予約
愛犬のしつけ方 教室	20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(☎ 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	18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 休日は 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	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

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(☎ 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 ☎ 1004330
申込 ①～③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(平日午前
9時～午後5時)で、④～⑥は委託医療機関で申し
込む。問い合わせは保健予防課へ

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 ☎ 1004330
申込 ①～③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(平日午前
9時～午後5時)で、④～⑥は委託医療機関で申し
込む。問い合わせは保健予防課へ

問い合わせ先

●健康づくり課 ☎252-7180
●保健予防課 ☎252-7193
●感染症・医務業務課 ☎252-7187
●生活衛生課 ☎252-7195
●地域保健課 ☎252-7191
●中保健センター ☎214-6630
●南保健センター ☎271-8010
●北保健センター ☎232-7681
●柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」
☎214-3760

【略字】中：中保健センター、南：南保健センター、
北：北保健センター、地：地域保健課

柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」11月の教室

当日教室開始30分～15分前に整理券を配布し、定員を超えた場合は抽選。無料教室もあり。

内容
●ベルヴィス®筋膜ストレッチ
血行を良くする、ボディラインを整えるなどが期待できます。
●やさしいエアロ
基本ステップを中心に動く簡単なエアロビクスです。
費用 250円 ※事前申込不要
◎その他の教室や日程については、ホームページに掲載。
☎ 柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」☎214-3760
※木曜日は休館

推しと歩こう☆
クアオルト®健康ウォーキング

運動負荷の高いコースを歩く「オプションル＋ウォーク」を活用したイベントを開催します。今回は、岐阜県を拠点に活動するアイドルグループ「蜂蜜★皇帝」をゲストに招いて一緒に歩きます。
ウォーキング後にはプチトークイベントも開催予定。
日時 11月21日(土)午前9時～午後0時30分
場所 ながら川ふれあいの森 四季の森センター
定員 40人(申込者多数の場合は抽選)
申込 申込フォーム／10月20日(火)～11月9日(月)
☎ 保健所健康づくり課☎252-7180

長良川健康ステーション11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。

内容
●ボディシェイプ
有酸素運動と筋力トレーニングを取り入れ、シェイプアップを目指します。
●ボディメンテナンス
腰痛などの運動不足や筋力の低下で起こる不調を取り除くため、マッサージやトレーニングを行います。
費用 無料 ※事前申込不要
◎その他の教室や日程については、市ホームページに掲載。
☎ 長良川健康ステーション☎215-0605
※木曜日は休館

食と運動教室

●食事と運動でプレコンセプションケア ☎ 1035400
医療機関や研究機関などで臨床検査や栄養指導などに使われているInBody(体成分分析装置)で各部位の筋肉量、体脂肪量、内臓脂肪レベル、栄養状態、むくみなどを測定し、食と運動に関する講義を行います。
日時 11月19日(休)①午後5時～6時 ②午後6時30分～7時30分
場所 柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」
対象・定員 18～29歳／各10人(先着順)
費用 無料
申込 申込フォーム／11月6日(金)から18日(火)まで
☎ 保健所健康づくり課☎252-7180

募集

市民農園の利用者

☎ 1005987

農園名・空き区画・年間利用料

①My Sunny Garden 岩田西
＝11区画／各5,000円
②My Sunny Garden 芥見影山
＝4区画／各6,000円
③レンタル菜園「ゆう遊」藍川
＝16区画／各9,900円～11,000円
☎ ①②JAぎふ芥見支店☎243-1003
③JAぎふ本店営農企画課☎265-3534

花飾り講習会

●冬を彩る華やかな寄せ植え
日時・場所・定員
12月2日(水)＝南部コミュニティセンター／各40人
3日(木)＝北部コミュニティセンター／各30人
※時間はいずれも午前10時30分～正午、午後2時～3時30分
費用 各2,000円(材料費)
申込 申込フォーム・郵送(往復はがき1人1枚)／
11月12日(水)(必着)まで
※申込者多数の場合は抽選
☎ (一財)岐阜市未来のまちづくり財団緑化推進事務局(〒500-8003大宮町1・☎262-4787)

サンライフ岐阜の教室

●体験 己書筆ペンアート
日時 11月18日(水)午前10時～11時30分
定員 10人(申込者多数の場合は抽選)
費用 1,000円(材料費含む)
申込 Eメール・電話／11月11日(水)午後5時まで
場所・☎
サンライフ岐阜(☎233-9321〈月曜日を除く午前9時～午後9時(祝日は午後5時まで)〉)・☎ sunlife-gifu@pj9.so-net.ne.jp)

今月の納付期限 11/2月

●市・県民税・森林環境税第3期分
●国民健康保険料10月期分
●国民年金保険料9月分
●介護保険料5期分
●後期高齢者医療保険料10月期分
期限内に納付をお願いします

委員募集

※応募資格・応募方法など、詳細は市ホームページなどに掲載。

会議名	募集期間	問い合わせ先	詳細
岐阜市保健医療審議会	10/15(水)～11/13(金)	保健衛生政策課☎252-7192	☎ 1039231

採用情報 ※応募資格・応募方法など、詳細は市ホームページなどに掲載。

募集職種	※フル=フルタイム、パート=パートタイム	募集期間	問い合わせ先	詳細
岐阜市職員	東部クリーンセンター粗大業務(大型自動車運転手)(パート)	10/15(水)～26(月)	東部クリーンセンター☎243-1151	☎ 1025647
	障がい者虐待防止相談(パート)	随時	障がい福祉課☎214-2572	☎ 1039530
地域児童発達支援センター職員	保育士(フル)	随時	ポッポの家☎294-5757	ポッポの家ホームページ

子育て応援！
スマイルフェス

日時 11月3日(火・祝)午前11時～午後6時
場所 金公園、柳ヶ瀬グラッスル35
内容 各種ワークショップ
こども食堂
キッチンカー
スタンプラリー
親子レクリエーション など
※事前申込不要
☎ 全国フォーラム・スマイルフェス事務局(株中広内) ☎ 189_gifu_1103@chuco.co.jp

秋の原三溪研修会

●原三溪の活躍は郷里にあり～癒しの奥田家～
日時 11月21日(土)午後1時30分～4時
場所 奥田家(大垣市墨俣町上宿1415)
定員 20人(先着順)
費用 無料
申込 電話／10月22日(水)から
※現地集合、現地解散
☎ 原三溪・柳津文化の里構想実行委員会事務局・市川☎090-1233-8368

生涯学習センターの講座

●食生活のススメ
日時 12月5日(土)午後2時～3時30分
費用 300円
申込締切 11月18日(水)(必着)
●おはなしライブ ミライへ伝えたいぎふの記憶
ーぎふのことばで紡ぐ、まちの思い出ラジオー
日時 12月12日(土)午後2時～3時30分
費用 無料
申込締切 11月26日(水)(必着)
●目は健康寿命を左右する
～人生100年時代の「見る力」を守るために～
日時 12月20日(日)午後2時～3時30分
費用 300円
申込締切 12月3日(水)(必着)
【共通】定員 80人(申込者多数の場合は抽選)
場所 ハートフルスクエアーG
申込 申込フォーム・郵送(往復はがき1人1枚)・窓口／各締切日まで
☎ 生涯学習センター(〒500-8521橋本町1-10-23・☎268-1050)

女性センター
女性の悩みごと相談

▼専門相談(面接・電話)【11月】
時間 午後1時～3時(1人20～30分)
相談 無料 ※要電話予約(先着順)
場所・☎ 女性センター☎268-1052

相談名	期日	相談担当者
法律相談	10日・17日 各(火)	弁護士
生き方相談	11日(水)	女性相談員
マネー相談	19日(金)	1級ファイナンシャル・プランニング技能士
キャリア相談	7日(土)	キャリアコンサルタント、産業カウンセラー
おしごと相談	25日(水)	ハローワーク岐阜 就職支援ナビゲーター
健康相談	14日(土)・26日(水)	看護師、保健師

▼電話相談【11月】☎0120-786874
日時 月～土曜日の午前10時～正午・午後1時～4時
〈3日(火・祝)・23日(月・祝)・24日(火)は休み〉
※相談員の研修などで休みになる場合あり

女性のための夜間電話相談：
11月6日・20日各金午後5時～8時