

成人

問い合わせ 保健センター ☎985-4118

行事	場所	月日曜	時間	内容	備考
個別栄養相談	保健センター	11月12日(火)	13:00~16:00 (予約制)	管理栄養士による糖尿病・	○ご希望の方は1週間前までに、電話でお申し込みください。 ○お1人1時間の相談です。
		11月20日(水)	9:00~12:00 (予約制)	高血圧・痛風・腎臓病・肝臓病・高脂血症・肥満などの食事指導と相談	
		12月10日(火)	13:00~16:00 (予約制)		
健康相談 ※健康教育	保健センター	随時 (月)~(金)	8:30~17:00	○血圧測定 (自動血圧計有り)	○健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。 ※ヘルストロンは総合福祉センター2階「多世代交流室」にあります。お気軽にご利用ください。 (時間10:00~16:00) 1回約20分です。 ヘルストロンとは… いすに座り、電源を入れるだけで交流高圧電界が血液、血管、筋肉、骨などに作用し、自然治癒能力を向上させます。その効能効果は、頭痛、肩こり、不眠、慢性便秘です。 
	老人憩の家	11月5日(火)	10:00~11:00	○血圧測定	
		12月3日(火)			
	中川原公民館	11月7日(木)	9:30~10:30	○血圧測定 ※糖尿病予防について	
	徳丸集会所	11月12日(火)		○血圧測定 ※乳がん予防について	
	本村集会所	11月26日(火)		○血圧測定 ※糖尿病予防について	
				○血圧測定 ※転倒予防について	
	塩屋集会所	11月29日(金)		○血圧測定 ※糖尿病予防について	
	昌農内集会所			○血圧測定 ※糖尿病予防について	
	西古泉公民館	12月4日(水)		○血圧測定 ※歯周病予防について	
	北川原集会所			○血圧測定 ※転倒予防について	
	大間集会所	12月6日(金)		○血圧測定 ※肺がん予防について	
東古泉公民館	12月10日(火)	○血圧測定 ※糖尿病予防について			
鶴吉公民館		13:30~14:30	○血圧測定 ※糖尿病予防について		
リハビリ教室 “ぬくもり”	北公民館	11月8日(金)	13:30~15:30 (申込制)	健康チェック・転倒予防体操・趣味活動・ミニ健康講座・茶話会など	○介護保険で「要介護」又は「要支援」の認定を受けている方は参加できません。
	東公民館	12月13日(金)			

11月4日(月)~10日(日)は
糖尿病週間です。

《スローガン》
気まぐれな
管理がまねく
合併症

糖尿病は、生活習慣病の中でも高血圧と並ぶ代表的な病気で、予備軍も含め増加しています。
肥満や過食、運動不足、過度のストレスなどを改善し、糖尿病を予防しましょう。

平成15年9月30日までの
接種券交付日時
執務時間中

予防接種法の改正により、接種対象年齢が変更され16歳以上の方も風しんの予防接種が町の負担で受けられるようになりました。
風しんは小学生を中心とし、子どものかかる病気ですが、免疫がなければ大人でもかかります。また、妊娠初期の妊婦が風しんにかかると、先天性異常児が生まれる可能性も否定できません。接種を希望される方は、接種券が必要です。保健センターまでお越しください。

対象者 町内在住で昭和54年4月2日から昭和62年10月1日生まれの方へ

持参品 母子手帳(お持ちでない方は一度保健センターまでお問い合わせの上、お越しください。)

接種場所 各医療機関

個人負担金 無料

接種期間 平成15年9月30日まで

問い合わせ 保健センター ☎985-4118



風しんの予防接種を受けましたか？