

11・12月の保健行事予定表

(11月1日～10日の予定は、広報10月号をご覧ください。都合により変更する場合がありますのでご了承ください。)

乳幼児関係

内容	日程	場所	時間
育児相談	11/15(水)	すこやかセンター伊野	9:30～10:30
	12/6(水)	枝川コミュニティセンター	



内容	日程	場所	時間	対象者
7か月児健診	11/16(木)	すこやかセンター伊野	13:00～14:00	H18.3.22～H18.5.16生
1歳6か月児健診	12/7(木)			H17.4.6～H17.6.7生

健診

内容(対象地区)	日程	場所	時間
乳がん検診(全地区対象)	12/4(月)・5(火)	すこやかセンター伊野	8:30～15:00

献血

日程	場所	時間
11/17(金)	すこやかセンター伊野	9:30～11:00
	(株)西岡寅太郎商店	13:00～14:00
	関田病院	14:45～16:00
11/26(日)	すこやかセンター伊野	9:00～14:30



+ 仁淀病院だより +

糖尿病公開講座のお知らせ

近年、ライフスタイルの欧米化が糖尿病発症に関与すると考えられています。また、最近では空腹時血糖値は正常域で食後血糖値が高い状態の軽症糖尿病の時期から動脈硬化は進み、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こすといわれています。従って検診等で「糖尿病の気がある」といわれた方は、早期からの血糖管理が大切となります。今回、今年2回目の糖尿病公開講座を開講することになりました。

これを機に糖尿病についての理解を深め、また日ごろの生活を振り返って生活習慣を改善されてみてはいかがでしょうか。

皆さまお誘い合わせの上、是非ご参加ください。

日時 11月19日(日) 9時～15時

場所 すこやかセンター伊野

内容/講師

◆血糖・血圧測定

◆糖尿病ってどんな病気?

○糖尿病とは・糖尿病の合併症・治療・予防など
糖尿病専門医 沼田 幸子

◆糖尿病の食事療法とは?

○糖尿病の食品交換表って何?
○食べて確認してみよう(昼食をバイキング方式で食べていただきます。)
管理栄養士 新谷 美智

◆運動療法について

理学療法士 山田 千代

◆薬物療法について

薬剤師 都築 美佳

参加料 米一合と500円

申し込み 仁淀病院総務係 ☎ 893-1551

ぐりぐらひろばからのお知らせ

親子が集える遊びの広場“ぐりぐらひろば”を、いの町総合健康センターで平日開催しています。お気軽にお越しください。

各保育園に出向いての遊びの広場(てくてくひろば)も行っています。

ホッとママ講座

◆手作り楽器のミニコンサート◆

日時 11月27日(月) 10:00～11:00

場所 いの町総合健康センター内 ぐりぐらひろば

演奏 “ポコア・ポコ”の皆さん

定員 30人

受付 11月13日(月)～

※親子で楽しめるコンサートです。是非ご参加ください。

てくてくひろばのご案内

保育園の園庭でのびのび遊びましょう。

11月16日(木) 八田保育園(9:30～11:30)

《散歩に行きましょう》※雨天の場合は室内遊び

☆問い合わせ ぐりぐらひろば ☎ 892-3151

