

第29回 小松島市健康づくりのつどい テーマ「高血糖ほっといたらあかんでよ」

とき 11月29日(土)
午前10時から午後3時まで

ところ 小松島市保健センター・ミリカホール

◆体験コーナー

おいしんぼ健康食試食 午前11時～なくなり次第終了

血管年齢チェック 整理券配布①午前10時②午後0時30分(各先着100名)

阿波踊り体操

血糖測定 整理券配布 ①午前10時②午後0時45分(各先着50名)

腹囲測定 血圧測定 セルフ測定(体脂肪・身長・体重) 保健師・栄養士相談

親子リズム体操 ①午前11時30分②午後1時③午後1時30分

オリジナルコマづくり(先着250名) 小松島市を知ろう(展示)

◆ステージイベント

〈映画上映〉午前10時～午前11時25分

「それいけーアンパンマン 妖精リンリンのひみつ」

同時上映

「ヒヤヒヤ ヒヤリコとばぶばぶいきんま」

〈講演①〉午後1時～

放置厳禁! 「高血糖」

～まだ予備群・軽症だからと油断していませんか?～

徳島赤十字病院内科部長 新谷 保実先生

〈実技〉午後2時～ 阿波踊り体操

〈講演②〉午後2時15分～

やってみよう! 高血糖予防の食べ方

徳島赤十字病院管理栄養士 栢下 淳子先生

お問い合わせは、市保健センター(小松島町字新港 ☎32・3551)まで。



～託児コーナー
あります～



もうすぐ冬の季節! インフルエンザ流行前に早めの予防接種を

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こります。高齢者がインフルエンザにかかると、肺炎を合併したり死亡する確率が高く、予防には予防接種が有効といわれています。

インフルエンザの流行は、通常は初冬から春先にみられます。接種を希望する方は、早めに接種しましょう。

【対象者】①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有するものとして厚生労働省令で定める方。

【実施期間】平成20年11月1日(土)から平成21年1月15日(木)まで

【料金】1,800円(小松島市に住民票のある方)

※生活保護世帯の方は無料です。

【実施医療機関】

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
赤岩医院	☎37・1013	碩心館病院	☎22・3225
荒河内科	☎37・1122	谷医院	☎37・1003
江藤病院	☎37・1559	辻泌尿器科内科クリニック	☎35・0244
片山整形外科医院	☎32・8166	徳島赤十字病院	☎32・2555
桂医院	☎32・0151	徳島ロイヤル病院	☎32・8833
木村内科	☎32・2001	藤野医院	☎38・1636
小松島金礦病院	☎33・1211	ふじの小児科クリニック	☎37・0250
小松島病院	☎33・2288	マスカット内科循環器科クリニック	☎33・1100
小松島リハビリテーションクリニック	☎33・2805	宮本小児科	☎37・3567
庄野耳鼻咽喉科	☎37・3341	山本外科医院	☎32・1390
寿満医院	☎32・0104	米沢内科	☎32・8770
住吉レディースクリニック	☎32・0836	ライフクリニック	☎37・1811

※必ず事前に予約してください。

