

11月14日は『世界糖尿病デー』

糖尿病は一般的に死に至る病気との認識は薄いですが、合併症などが原因で、世界では6秒に1人の命が奪われています。

糖尿病にならないためには、主食・主菜・副菜をバランス良く、量を守って食事を1日3食とり、運動をしてエネルギーを消費することが大切です。

食事療法は、合併症の有無などにより、個別対応が必要な場合もあります。保健センターでは、毎月「糖尿病食事相談会」を実施していますのでぜひ、ご利用ください。

※右記日程をご参照ください。



成人保健事業日程

実施日	種別	受付時間	場 所
11月6日 (月)	こころの相談※1	午前9時30分 ～11時30分	保健センター
11月17日 (金)	糖尿病食事相談会※2	午前9時 ～午後3時30分	

※1 臨床心理士が相談に応じます。要事前予約 ☎ 64・7830 (なやみせ)

※2 管理栄養士が食事相談に応じます。要事前予約 ☎ 64・3775



母子保健事業日程

場 所 保健センター

持 ち 物 母子健康手帳

実施日	事業名	対 象	受付時間	
11月	6日(月)	1歳6カ月児健診	平成28年3月～4月出生児	午後1時～2時
	9日(木)	乳幼児相談※3	乳幼児	午前9時30分～11時
	10日(金)	5歳児健診	年中児(中央保育園)	午後0時45分～1時
	15日(水)	離乳食教室	5～7カ月の乳児	午前9時30分～9時50分
	16日(木)	2歳児歯科教室	平成27年10月～11月出生児	午前9時30分～10時
	27日(月)	10カ月児健診	平成28年12月12日～ 平成29年2月27日出生児	午後1時～1時30分

※3 ことばの相談、栄養士による食事相談及び助産師による母乳相談を実施しています。

もうすぐ1歳

おこやが写真館

平成28年12月生まれのお子さんの
写真を募集します。(先着4人まで掲載)
受付期間:11月1日(水)～15日(水)
提出先:保健センター



南條
小島 千明ちゃん
平成28年11月8日生まれ

父: 英明さん 母: 優子さん

いつもみんなを笑顔にしてくれる
ちいちゃん。お姉ちゃんと仲良く、
すくすく大きくなってね。



西結
高田 ソラ菜ちゃん
平成28年11月17日生まれ

父: ホルミノさん 母: 有加里さん

とてもチャーミングなソラちゃん
♪家族の宝物だよ。生まれてきて
くれてありがとう。



牧
渡辺 朋伽ちゃん
平成28年11月1日生まれ

父: 弘始さん 母: 真弓さん

いっぱい寝て、いっぱい食べて、ス
クスク元気に育ってね!



南條
村上 月乃ちゃん
平成28年11月22日生まれ

父: 明さん 母: 菜月さん

1歳おめでとう!
ニコニコ元気に大きくなってね☆
大好きだよ!