

保 健
便 り

HealthInformation

糖尿病の個別健康教育に参加しませんか

「健康しもつけ21プラン」のアンケート調査によると、糖尿病の検査で血糖値が高く治療を要すると診断を受けた人の割合は全体で5.7%、そのうち治療につながっている人は52.2%で約半数となっています。

糖尿病はそのまま放置しておくと合併症につながる病気ですが、食生活の改善によりコントロールが可能で、そこで下記のとおり、個人のライフスタイル等に合わせた健康教育を行います。血糖値が気になる方や生活習慣を改善したい方は、ぜひご参加ください。

■実施期間

6・7月／平成26年2月のうち、面接6回および血液検査3回（面接日は、受講者のご都合に合わせた日程になります。血液検査は指定日になります。）

■対象者

健康診断を受診した人で、①②③の条件のいずれかを満たす人

- ① 空腹時血糖 110 mg / 139 mg / d l
 - ② 随時血糖 140 ~ 199 mg / d l
 - ③ ヘモグロビンA1c 5.6 ~ 5.9 %
- （ただし、インスリン注射及び血糖値を下げる薬を内服している方を除きます）

■実施内容

保健師や管理栄養士が食生活や生活について調査を行い、そのライフスタイルに応じたアドバイスを血糖コントロールの支援を行います。

あなたの予定と調整しながら半年間の中で6回の面接と3回の血液検査を実施します。1回の面接時間は30分～1時間程度です。

※血液検査は石橋総合病院にて行い、面接はきらら館にて行います。

※申し込みされた方には、今後のスケジュールについて通知します。

■初回面接日

①日時：6月28日（金）
午前10時～正午
場所：きらら館

②7月1日（月）

午後1時30分～午後3時30分
場所：きらら館
※希望の日をお選びください。

■費用

無料（血液検査費用も無料）

■定員

10名程度

■申し込み期限

6月14日（金）まで

■申し込み・問い合わせ先

健康増進課（きらら館内）
☎（52）1116

平成25年度受診券を送付しました

今年度からがん検診等を受けるための受診券が「圧着ハガキ」となりました。

受診できる項目が個人により異なりますので、中を開けて必ずご確認ください。

掲載スペースが大きくなりましたので、集団検診の日程や個別検診医療機関の一覧が掲載されています。

お手元に届いていない方につきましては、健康増進課までお問い合わせください。

忙しいあなたも
元気なあなたも
受けよう！
定期ばんしん

あ

■問い合わせ先

健康増進課 ☎（52）1116

お詫びと訂正

広報5月号及び受診券等において、各種検診等を実施する医療機関をお知らせしましたが、グリーンタウンクリニックは、特定健診・後期高齢者健康診査・すべてのがん検診・予防接種を実施しないことになりました。

お詫びして訂正いたします。