

健康大学糖尿病予防学部 開校！

糖尿病は、悪化すると人工透析の必要や合併症を引き起こす可能性がある恐ろしい病気です。予防には、食事・運動などの生活習慣が大切です。糖尿病について正しい知識を持ち、早めの対策で予防しましょう。

通学コース

と き 6月29日、7月20日、9月7日、
11月9日、2月1日
各土曜日 全5回

対 象 市内在住・在勤の糖尿病の治療を
していない方

受講料 500円(テキスト代)

定 員 30人

(定員を超えた場合は抽選)

健康なうちから糖尿病
の知識や生活上の工夫
を学んで糖尿病を予防
したい人にオススメ！



専門コース

と き 6月29日、7月20日、8月24日、9月
21日、2月1日 各土曜日 全5回

対 象 市内在住・在勤で次のいずれかに該当する方

① HbA1c6.5% または空腹時血糖 126mg/dl 以上

② 糖尿病の経過観察または治療中

受講料 1,000円(テキスト代・実習費)

定 員 20人(定員を超えた場合は抽選)

生活習慣を見直し、糖尿
病の悪化・合併症を予防
したい方はこちら！



【共通事項】

ところ 保健医療センター

申し込み 6月18日(木)までに直接または電話で健康推進課へ。

問合先 健康推進課 ☎ 67-1151

禁煙サポートが始まります！ 個別サポートも できます！

肺年齢や呼気中一酸化炭素濃度を測定し、禁煙のメリットや具体的な禁煙方法を話し合います。自分に合った禁煙方法を見つけ、取り組んでみませんか？

と き 6月15日・9月14日(土) 全2回
午前10時～11時30分

ところ 保健医療センター

対 象 市内在住・在勤の喫煙者とその家族

定 員 20人

申し込み 6月12日(木)までに電話、ファクス、メール
で氏名・生年月日・電話番号を健康推進課 (FAX67-
9101 ☐ hoken@city.gamagori.lg.jp) へ。

問合先 健康推進課 ☎ 67-1151



精神科医師による相談日 予約制

と き 7月18日(木)

午後1時30分～3時30分

ところ 豊川保健所蒲郡保健分室

対 象 こころの健康が心配な方やこころの病
気と思われる方(精神科・心療内科に
通院していない方)、その家族

定 員 3組

参加費 無料

申し込み 電話で豊川保健所健康支援課へ。

問合先 豊川保健所健康支援課 ☎ 86-3626

神経難病患者さんにご家族のつどい

と き 6月24日(木) 午後2時～4時

ところ 保健医療センター会議室

内 容 交流会、意見交換、災害についての講話

対 象 神経難病患者と家族

申し込み 6月17日(木)までに電話で豊川保健所健康支援
課難病担当へ。

問合先 豊川保健所健康支援課 ☎ 86-3189

