

健康カレンダー



名称	とき	対象	ところ
血糖コントロール塾7.0会	20日 月 午後1時30分～3時	HbA1c7%前後の方	保健医療センター
健康・栄養・歯科相談 予約制	16日 金 午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談を希望する方	
認知症家族の交流会・勉強会「高齢者の財産管理について」	16日 金 午前10時～11時30分	認知症の方を介護している家族	市役所北棟集会室

名称	とき	集合場所	内容
蒲南コースを歩こう会	5日 月 午前9時30分 (雨天:生きがいセンターで体操)	本町公園	蒲郡の街中を歩くコース
みんなで楽しく無理なく三谷歩こう会	12日 金 午前9時 (雨天中止)	若宮公園時計塔	ノルディックウォーキング体験会
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	24日 日 午前9時30分 (雨天中止)	形原公民館	鞍掛神社・龍田天神社コース

糖尿病教室



市民病院 ☎ 66-2200

とき	ところ	講話の内容
5日 月	市民病院 2階講義室	糖尿病とは・合併症
6日 月		運動・検査
7日 月		網膜症・日常生活
8日 月		薬・歯周病
9日 月		食事

※申し込み不要。どなたでも。

在宅医などへのお問い合わせ

在宅当番医	☎ 67-2828
休日急病診療所	☎ 67-2555
休日歯科・障がい者歯科診療所	☎ 69-8020

2月は『睡眠月間』

質の良い睡眠、適切な睡眠時間を確保しましょう。

新型コロナワクチンコールの開設日が変わりました

開設日：月～金（祝を除く）午前9時～午後5時

新型コロナワクチンコール ☎ 56-2353

精神科医師によるココロの相談

こころの健康・病気について精神科医師に相談してみませんか。

とき	2月13日 月 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	こころの健康に不安のある、精神科や心療内科に通院していない方またはその家族
定員	3組 参加費 無料
申し込み	前日正午までに、電話で豊川保健所健康支援課 (☎ 86-3626) へ。

