

健康カレンダー



名称	とき	対象	ところ
予約制 血糖コントロール塾7.0会	18日☎ 午後1時30分～3時	血液検査でHbA1c7%前後の方	保健医療センター
予約制 健康・栄養・歯科相談	28日☎ 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 「デイサービスの楽しい利用法」	21日☎ 午前10時～正午	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	3日☎ 午前9時30分 (雨天中止)	本町公園	ノルディックウォーキング
みんなで楽しく 無理なく三谷歩こう会	10日☎ 午前9時	若宮公園時計塔前	ラグーナコース (雨天：ラジオ体操ほか)

糖尿病教室



市民病院 ☎ 66-2200

在宅医などへのお問い合わせ

とき	ところ	講話の内容
10日☎	市民病院 2階講義室	糖尿病とは・合併症
11日☎		日常生活・検査
12日☎ 午後2時～3時		網膜症・運動
13日☎		薬・歯周病
14日☎		食事

※申し込み不要。どなたでも。

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

3月9日～15日は世界緑内障週間

緑内障は、日本における中途失明の原因の第1位です。緑内障について知り、自分の眼の健康をチェックしましょう。

市民いきいきウォーキング ID 0287877

西浦の名所を巡り、春を感じませんか。

- とき** 3月29日☎ ※雨天中止
- 集合** 名鉄西浦駅 午前9時30分
- コース** 名鉄西浦駅～光忠寺～橋田鼻灯台～西浦園地～西浦魚市場～名鉄西浦駅(約10キロ)
- 持ち物** 飲み物、昼食 **申し込み** 不要 ※参加費無料

