

## プレパママ教室

母子保健班

初めてお母さんになる人の教室です。妊娠・出産・育児の知識を勉強するだけでなく、お友達をつくる良いチャンスです。

日時 8月26日(土)

① 9:00～11:30 ② 13:00～15:30

場所 すこやかセンター3階

内容 ○妊娠中の生活

○ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養

○お風呂の入れ方

○妊婦体験(パパ)

対象 令和5年10～12月出産予定の初産婦の人

定員 各時間8組

費用 250円(テキスト代)

持ち物 母子手帳

申込み 8月21日(月)までに電話にて予約

成田赤十字病院  
公開健康講座開催

成人保健班

日時 8月19日(土) 14:00～15:30

場所 中央公民館講堂

内容 [足の痛みとしびれの原因は腰にある?]  
～腰部脊柱管狭窄症の症状と治療について～

講師 萬納寺 誓人さん

(成田赤十字病院 第三整形外科部長)

定員 80人

費用 無料

申込み 成田赤十字病院社会課に電話 ☎(22) 2311  
または成田赤十字病院ホームページから受付

※詳しくは成田赤十字病院社会課に  
問い合わせてください。



## 医療講演会開催

成人保健班

次の講演会は各回無料で参加できます。1回からの参加も可能ですので、ぜひ生活習慣の見直しにお役立てください。

## ①糖尿病予防講演会

テーマ 糖尿病のウソ・ホント～あなたの知識は間違っていないですか?

日時 9月2日(土) 10:00～12:00 (受付9:30～)

講師 須田 博之さん

(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科)

## ②脂質異常症予防講演会

テーマ 甘くみないで 脂質異常症

日時 9月30日(土) 10:00～12:00 (受付9:30～)

講師 橘 香穂里さん

(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科部長)

## ③慢性腎臓病(CKD) 予防講演会

テーマ 糖尿病の重症化予防について～減塩の大切さ～

日時 10月21日(土) 9:30～12:00 (受付9:00～)

講師 平井 愛山さん

(千葉県循環器病センター 内科医師)

## 【①②③共通事項】

場所 すこやかセンター2階

定員 各回50人程度

申込み 電話または健康推進課窓口にて予約



## 富里市地区保健推進員活動記③

「こんにちは、地区保健推進員です!

～私たちは地区の健康づくりをサポートしています～」

## 【日吉台小地区】

日吉台小地区では、地区社会福祉協議会主催の子育て交流会(ほっかほかクラブ)での手作りおやつ提供に携わっています。また、1歳のお誕生日を迎えるお子さんのお宅に、歯ブラシやパンフレットを届ける1歳児お誕生訪問を行っています。



後列左より時計回り) 飯泉 早苗(日吉台3丁目)、  
中村 君枝(日吉台2丁目)、松本 ヒトミ(日吉台6丁目)  
井上 清子(日吉台1丁目)、中村 壽美子(日吉台3丁目)  
国井 貴美子(日吉台6丁目) <敬称略>