

ヘルシーナの健康応援NAVI^{ナビ}



健康課
市役所内
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

特定健診・特定保健指導でメタボを予防・改善!!!

特定健診は、生活習慣病の原因となるメタボリックシンドローム(メタボ)に着目した健診です。

田原市の国民健康保険加入者の特定健診結果(平成25年度)では、40歳から74歳の男性の2人に1人、女性の7人に1人がメタボが強く疑われるまたは予備群です。

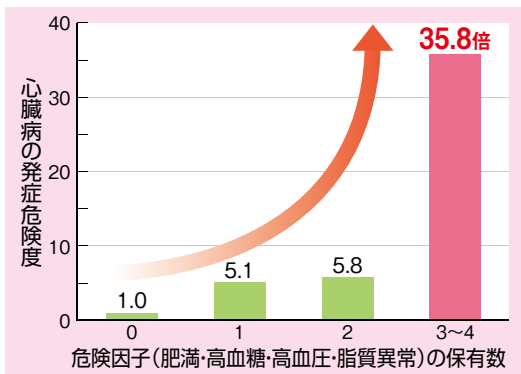
メタボはなぜいけない?

メタボの危険因子である肥満・高血糖・脂質異常の保有数が重なるほど、動脈硬化を進行させ、心臓病や脳血管疾患といった生活習慣病を引き起こす原因になります。

メタボは特定保健指導で改善

特定健診の結果、メタボの危険因子がある方には、保健師や管理栄養士がサポートしながら、一緒に生活

危険因子が重なるほど動脈硬化が進む



善のための講座を開催しています。詳しくは、今月号のお知らせ17頁をご覧ください。

また、健康課ではメタボ予防や改善のための講座を開催しています。詳しくは、今月号のお知らせ17頁をご覧ください。

特定健診を受診後、保健指導を希望される方は健康課にお申し込みください。

危険因子が重なっている方には積極的支援

目標を立て、実行できるように、3~6カ月間、継続的な支援を行います。

危険因子が出始めた方には動機づけ支援

自分で目標を設定し、それを行動に移すことができるように支援します。

インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日(祝日を除く) 13:30~15:00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
離乳食教室(前期)	10月 8日(水) 9:50~10:00	田原福祉センター	5~6カ月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話など
	10月 15日(水) 9:50~10:00	あつみライフランド	
育児相談	10月 10日(金) 9:30~10:30	田原福祉センター	身体計測、育児・母乳・栄養相談(乳幼児対象) ※母乳相談は生後6カ月まで(原則1回)
	10月 6日(月) 9:00~10:30	あつみライフランド	

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く8:30~17:00)
※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。 市役所☎22局1111(代表)

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
9月7日(日)	あつみメディカルクリニック	☎24局2322	10月13日(月・祝)	菜の花内科クリニック	☎22局7777
	おおかわ歯科	☎22局4182		金田歯科医院	☎24局1800
9月14日(日)	菜の花内科クリニック	☎22局7777	10月19日(日)	第2国見医院	☎23局2302
	きまた眼科	☎23局1092		山本耳鼻咽喉科	☎24局4100
	惣ト歯科医院	☎45局2066		田原歯科クリニック	☎23局1626
9月15日(月・祝)	河合医院	☎22局6133	10月26日(日)	岡田医院	☎37局0001
	ふくしま歯科医院	☎37局1182		さんくろう歯科クリニック	☎33局1184
9月21日(日)	かわせ小児科	☎22局1230	11月2日(日)	富永医院	☎23局1316
	花井歯科医院	☎23局1661		まち眼科	☎22局2710
9月23日(火・祝)	昭和医院	☎32局3749	11月3日(月・祝)	小原歯科	☎25局1139
	森下歯科医院	☎32局2700		川瀬医院	☎35局1511
9月28日(日)	北山クリニック	☎23局3946	11月9日(日)	仲谷歯科	☎23局2327
	赤石歯科クリニック	☎23局7300		永井医院	☎22局0227
10月5日(日)	朽名医院	☎33局0162		山本耳鼻咽喉科	☎24局4100
	山内歯科医院	☎23局1525	鈴木歯科医院	☎32局0239	
10月12日(日)	国見医院	☎22局0756			
	清米歯科クリニック	☎33局0657			

診療時間 医科☎9:00~17:00/歯科☎9:00~12:00
夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院☎22局2131