

平成 27 年 5 月 26 日（火）
津島市健康福祉部健康推進課（橋本、南出）
電話番号 0567-23-1551
津島市民病院地域医療連携室（石垣、城）
電話番号 0567-28-5151（内線 2113）

糖尿病予防のための講座を開催します

津島市民の 70 歳代男性のうち 4 人に 1 人、70 歳代女性のうち 5 人に 1 人が糖尿病を保有しています。津島市は、この現状の改善するため、生活習慣病の予防・重症化の予防に取り組んできました。

人工透析患者の人口 1 万人対比が、平成 22 年に 27.8 人（愛知県内ワースト 3 位）であったものが平成 25 年に 26.0 人（愛知県内ワースト 6 位）と改善しつつあるものの、依然として愛知県平均の 22.7 人を上回っています。

さらなる改善のため、今年度も糖尿病予防のための講座を開催します。

1 津島市糖尿病大学（第 4 期生募集）

- (1) 日程
講座や教室は、おおむね 7 月から 11 月頃まで。（別紙のとおり）
- (2) 場所
津島市保健センターほか
- (3) 内容
自分の都合に合わせて、健康に関する講座や教室等を選択していただきます。必要単位を取得した方に修了証をお渡しします。
- (4) 対象者及び定員
市内在住の方、定員 35 人
- (5) 受講料
あいち健康プラザでの研修費 2,700 円（選択する講座によっては、その他の受講料が発生する場合があります。）
- (6) 申し込み・問い合わせ
6 月 17 日（水）までに津島市保健センターへ（電話 23-1551）

2 糖尿病予防料理教室

- (1) 日時
平成 27 年 7 月 14 日（火） 午前 10 時～午後 1 時
- (2) 場所
津島市保健センター
- (3) 内容
“手”を使ってちょうど良い食事量を知る「手ばかり食事法」のお話と調理実習を実施します。
- (4) 対象者及び定員
市内在住の方、定員 30 人

- (5) 受講料
無料
- (6) 申し込み・問い合わせ
6月26日（金）までに津島市保健センターへ（電話 23-1551）

3 知ってナットク！糖尿病予防の楽ちん生活術

- (1) 日程
7月から11月にかけて全8回
- (2) 場所
津島市保健センター
- (3) 内容
自分に合った生活習慣病の予防法を見つける講座です。（自己血糖測定、運動実習、ストレス度チェックなど）
- (4) 対象者及び定員
64歳以下の市内在住の方で、血糖値やヘモグロビンA1cが高めの方定員は特にありません。
- (5) 受講料
無料
- (6) 申し込み・問い合わせ
6月18日（木）までに津島市保健センターへ（電話 23-1551）

4 市民病院糖尿病教室

- (1) 日時
毎月第二金曜日 午後2時～3時20分
- (2) 場所
市民病院2階講義室
- (3) 内容
糖尿病の病態・合併症治療について、医師・看護師・管理栄養士・その他専門のスタッフが、わかりやすく話します。
- (4) 対象者及び定員
どなたでも参加できます。定員は特にありません。
- (5) 受講料
無料（ただし、初回時にテキスト代500円が必要）
- (6) 申し込み
不要
- (7) 問い合わせ
市民病院地域医療連携室（電話 28-5151）