



11月20日に高美小学校区まちづくり協議会主催の健康ウォーキングに参加しました。紅葉を見たり地域の歴史をめぐりながら、約4000歩（約100kcalの消費）歩きました。保健師は、ウォーキングの前後で、健康相談・健康教育を実施しました。



11月30日
西郡地区福祉委員会主催のふれあい喫茶に参加しました。
保健師は利用者に対し健康相談を行いました。



11月23日
山本小学校で山本小学校区まちづくり協議会・上之島小学校区まちづくり協議会・八尾市保健センターの共催事業で
「出張健診がんプラス」が開催し、多くの方が受診されました。



11月28日に高美南小学校区まちづくり協議会主催のノルディック講座で参加者のフレイル予防を目的として、握力測定と健康教育を実施しました。



11月18日に桂青少年会館でがん検診を行い、延べ141名の方が受診されました。