



12月11日

11月に大正コミュニティセンターで行った、健診の結果説明会を実施しました。ご自身の健診結果を見ながら、結果の見方の説明や個別相談などを行い、みなさん熱心に聞いてくださいました。

---



12月8日

志紀小学校区まちづくり協議会主催の健康講座に、保健師と管理栄養士が講師として参加しました。保健師からは、あなたのまちの健康診断からみえた志紀地区の健康課題を、管理栄養士からはその課題をもとに「今日からできる！“元気！”のための食事」のテーマで講義をしました。参加者の方からは、「食事のバランスに気をつけたい」「食べ過ぎに気をつけたい」などの声が聞かれました。

---



12月1日

大正南地区福祉委員会主催で行われた「給食サービス」に参加し、血圧測定や健康相談及び「みんなの健康だより12月号」をもとにアルコールについてお話しました。

---



12月

『竹瀬コミセンだより12月号』にて竹瀬小学校区、亀井小学校区の健康課題の特徴について寄稿しました。

---



毎月寄稿させていただいている地域情報誌「はな緒」。12月号では桂コミュニティセンターで開催している「あなたのまちの健康相談」を利用され、メタボリックシンドロームの改善が見られた方について寄稿しました。