



6月28日

西郡地区福祉委員会主催ふれあい喫茶にて保健師は血圧測定を通じて健康相談に応じました。



6月26日

高美南小学校区まちづくり協議会主催で行われた、ノルディックウォーク講座に参加しました。講師の先生より基本的な歩き方を教わり、近くの公園まで楽しく歩きました。

R5 年度竹漕地区健診



6月24日

竹漕コミセンで地区健診を開催し、特定健診65名、がん検診（胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん）114名の方が受診されました。



6月24日

南高安地区で実施された住民講演会の参加者を対象に、保健師と地域のボランティアの方と一緒に握力測定を実施しました。保健師は、測定結果をお伝えし、フレイル予防として「おてがるエクササイズ」をご案内しました。18名が参加されました。



6月21日

安中人権コミュニティセンターで肺がん検診を実施し、32名の方が受診されました。がん検診と同会場・同時間に地域包括支援センター成法苑が包括展を実施され、受診された方にフレイル予防として、握力測定と血管年齢測定を実施しました。



6月8日・15日・22日

八尾スマートライフ塾（糖尿病予防教室）を開催しました。医師・管理栄養士・理学療法士・保健師より、糖尿病の病態や血糖値を上げにくい食べ方、運動の方法などお伝えし、最後はご参加された皆様に今後の生活改善目標を考えていただきました。



6月18日

高美小学校区で行われた健康ウォーキングに参加し、保健師からは身近な食品に含まれる糖質の量の展示、健康課題についての説明を行いました。