



8月30日西郡地区福祉委員会主催のふれあい喫茶に赴き、血圧測定を通して健康相談に応じました。



8月22日

南高安地区健診の健診打合せを、南高安地区成人病予防会や特定健診業者等関係機関と一緒に実施してきました。地区健診は令和6年1月実施予定です。



8月20日

曙川東地区集会所にて「健康教室～体を動かし 糖尿病を予防しよう～」を開催しました。糖尿病の病態や糖尿病を予防するための食事・運動等についてお伝えした後、実際に有酸素運動や筋力トレーニングを一緒に実践しました。ご自宅での生活に少しでも取り入れていただけると嬉しいです。



8月18日

八尾市シルバー人材センターの「健康管理の講習会」の講師として、健康まちづくり科学センターと協働で『いつまでも健康に過ごすために～フレイル予防について～』をテーマに講演と握力測定を実施しました。34名の方に参加いただき、フレイルの概要・栄養・運動と多くの内容を学んでいただきました。



8月5日

大正北小学校区まちづくり協議会主催で行われた、子どもカーニバル＆盆踊り大会に参加し、血管年齢測定を行いました。また、大腸がん検診のモデルも使用し、がん検診の受診勧奨も行いました。



8月5日

曙川東地区健診後の結果説明会を開催し、健診結果を皆で一緒に確認しました。当日は、民間企業のブースや個別相談コーナーも設け、多くの方にご利用いただきました。予備日を含めてお越しいただいた方は計42名でした。皆さま、年1回は健康診断を受け、結果をしっかりと確認しましょう！



8月2日、5日

曙川東小学校区の地域役員の方々と「あなたのまちの健康診断（令和5年度更新版）」を共有しました。