

▶ 11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病とは

現在、日本国民の6分の1が患者または予備軍とされています。原因には遺伝や生活習慣が影響しています。初期では自覚症状がなく気づいたときには進行しており、合併症から死に至ることもあります。

糖尿病の発症、重症化予防

糖尿病の予防には健診受診や食事、運動といった生活習慣が重要です。その中でも、食事のポイントを紹介します。糖尿病の予防では、主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事を3食規則正しく食べましょう。主食は毎食同じ量にすることで、血糖値が安定しやすくなります。食物繊維の多い野菜、きのこ、海藻、こんにゃくなどを毎食とることで、血糖値の上昇を抑えることができます。よくかんで食べましょう。

▶ **骨髄提供者とその勤務先に助成金を交付します**

(公財)日本骨髄バンクが行う、骨髄などの提供のための通院や入院に際し、提供者の方とその勤務先に助成金を交付します。

対象▶ 骨髄提供日に市内在住の方とその事業所(他の自治体を実施する同様の制度による助成を受けている場合は除く。)

助成額▶ 1日につき提供者2万円、事業所1万円(どちらも最大7日間)

申込期限▶ 実施日から1年以内

注意事項

- ・親族間の骨髄などの提供は該当しません。
- ・骨髄などの再手術または関連した医療処置によって生じた健康障害にかかる通院などは除きます。

離乳食ひろば(要申込)

▶ **問合せ** こども家庭センター (Tel.23-7621)

日時▶ 11月6日(木)9:45~11:00

場所▶ 新城保健センター

内容▶ 離乳食・歯の話、試食、身体計測(希望者)

対象▶ おおむね6カ月から1歳のお子さんとその保護者

定員▶ 8組(先着順)

持ち物▶ 母子健康手帳、スタイ

(試食に必要な物)、筆記用具

申込▶ 電話または申込フォーム



▲申込フォーム

▶ **若年がん患者の在宅療養を支援します**

▶ **ホームページID** 600772044

若年がん患者の方が住み慣れた自宅で療養生活を送ることができるよう、在宅療養サービスに要する費用の一部を補助します。

対象▶ 次の全てに該当する方

- ①申請日、サービスの利用時に市に住所を有する方
- ②サービスの利用時点で40歳未満の方
- ③医師に一般的に認められている医学的所見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断されたがん患者
- ④在宅における療養生活の支援および介護が必要な方

対象サービス

・在宅サービス(訪問介護、訪問看護など)

・福祉用具の貸与、購入

補助金額▶ 在宅サービスおよび福祉用具利用料の9割(1カ月の上限5万4千円)



HEALTH

お知らせ保健

問合せ 健康課 (Tel.23-8551)

集団がん検診(要予約)

▶ **ホームページID** 325839297

日にち▶ 11月18日(火)、12月12日(金)

場所▶ 新城保健センター

内容、費用

胃がん、前立腺がん、子宮がん、乳がん……………500円
40歳代の乳がん ……600円
大腸がん……………300円
結核・肺がん ……無料

申込▶ 電話または申込フォーム(先着順)



▲申込フォーム

申込の注意点

- ◆同日に複数の項目を受けることができます。
- ◆各日午前中実施ですが、詳しい時間は、申込受付時にご案内します。
- ◆同じ検診を複数会場へ申し込むことはご遠慮ください。市が実施する各がん検診は、一人につき年度に1回です。重複受診した場合、2回目の検診費用は実費となります。
- ◆年間日程は市ホームページをご覧ください。

臨床心理士による相談(要申込)

▶ **問合せ** こども家庭センター (Tel.23-7621)

▶ **ホームページID** 771347874

発達や言葉について相談したいことがある方におすすめです。

日時▶ 11月19日(水)

①9:10②10:10(1組50分程度)

場所▶ 新城保健センター

対象▶ 幼児とその保護者

持ち物▶ 母子健康手帳

定員▶ 2組(先着順)