

講習・講座

医師による
がん予防講座

医師が、がん予防について
正しい知識をお伝えします。

日時 12月6日(木)

14時～15時30分
(受付13時30分～)

場所 市役所

大会議室(4階)

定員 100名(先着順)

講師 新美親紀氏(中町ク
リニック院長)

参加費 無料

申込み・問い合わせ 11月5日

(月)から、電話または直接保
健センターへ

☎0646

※はんだ健康マイレージの対
象講座です。

国保健康講座
「糖尿病発症
予防講座」

糖尿病は血液中の糖が増え
すぎて、全身に影響を与える
病気です。高血糖状態が続く
ことで血管をはじめとする臓

器が侵され、重大な合併症に
繋がります。予防法を学びま
しょう。

知識編・医師による糖尿病予
防講座

日時 12月17日(月)

14時～15時30分
(受付13時30分～)

場所 市役所

大会議室(4階)

対象 糖尿病予防に関心の
ある方

定員 100名(先着順)

内容 病気について知ろう。
糖尿病ってなに？

講師 茶谷貞男氏(糖尿
病専門医)

実践編・食生活・運動

第1コース日時

12月18日(火)

9時45分～11時30分

・運動講座

平成31年1月18日(金)

9時45分～11時10分

・第2コース日時

平成31年1月8日(火)

9時45分～11時30分

・運動講座

平成31年1月25日(金)

9時45分～11時10分

・食生活講座

平成31年1月8日(火)

9時45分～11時30分

・運動講座

場所 保健センター
対象 健診でHbA1c値
が5.8～6.4の方

定員 各コース30名(先着順)

※半田市市民健康保険加入者
及びその家族を優先します。

内容・講師

・食生活講座

今からできる食生活改善の
ポイント(講話と試食)

岡本和代氏・竹内里美
氏・山田珠美氏(管理栄
養士)、試食作成は食生活
改善推進員

・運動講座

今から始める運動習慣づく
りのポイント

佐藤久子氏(運動指導者)

※血圧測定・体組成測定(食
生活講座のみ)を行います。
また、希望者に栄養相談を
行います。

受講料 無料

申込み・問い合わせ 11月1日

(木)から、知識編・実践編第
1コースは12月10日(月)、実
践編第2コースは平成31年
1月4日(金)までに、電話で
国保年金課へ

☎0662

※はんだ健康マイレージの対
象講座です。

乳幼児等保護者向け講座
「怒らないたたかない
子育てしませんか」

「何回言えばわかるの？」
「ほめるところが見つからない」
「イライラして怒鳴っちゃう」
など、子どもの行動への
対応に困っていませんか。
怒らなくても叩かなくても、
しつけはできます。子どもの
自信、自尊心を奪わない「肯
定のなしつけ」の具体的な方
法を学びましょう。

日時・場所

①12月4日(火)

10時～12時

成岩児童センター

②平成31年2月2日(土)

10時～12時

市役所 大会議室(4階)

※①②とも同じ内容です。

対象

市内在住の方(特に未就学
児のいる保護者、子育て支
援をしている方)

講師 競朗子氏

(Office
MOTOHIRO)

受講料 無料

託児(要申込)

◇対象 6か月以上の子

◇託児料 500円
申込み・問い合わせ ①11月20
日(火)、②平成31年1月18日
(金)までに、子育て支援課へ
☎0657

ひきこもり家族教室

ひきこもりについての正し
い知識やご本人へのより良い
対応を一緒に学びませんか。

日時 11月29日(木)

14時～16時

場所 半田保健所

対象 半田市及び知多半島の
5町在住で、ひきこもりの
方を支えるご家族

内容 講演「ひきこもる人へ
の理解と支援」、座談会

講師 水野信義氏(診療ク
リニック・パティオちた院長)

参加費 無料

申込み・問い合わせ 11月22日

(木)までに、半田保健所健康
支援課こちらの健康推進グ
ループへ

☎23341