

D.健康・保健・福祉

は国、県及び関係機関

| No. | 講座名 | 講座内容・コメント | 所用時間 | 利用人数 | 備考 | 担当部署 |
|------|----------------------------|---|------|------|----|----------------------------------|
| D-1 | 生活習慣病について | 糖尿病、高血血症、高血圧、肥満症を防ぐための生活全般のポイント・調理実習 | 60 | 5～30 | | 健康福祉課 ☎32-6704 |
| D-2 | 健康づくり体操・運動 | 健康づくりや生活習慣予防のための体操・運動の実施 | 60 | 5～30 | | |
| D-3 | 子育て講座 | ・乳幼児の健康、成長発達、食事などについて ・お母さんの体と心の健康について ・子どもの事故予防と応急手当 | 60 | 5～30 | | |
| D-4 | 更年期と女性の健康 | ・更年期の過ごし方と子宮がん、骨粗しょう症の予防について | 60 | 5～30 | | |
| D-5 | 予防接種について | 予防接種の種類と受け方について | 60 | 5～30 | | |
| D-6 | 美浜町の保健事業について(紹介) | 母子・成人・老人等の健康管理、疾病予防等の一貫して実施している保健事業の概要について | 60 | 5～30 | | |
| D-7 | 思春期セミナー | 思春期における心と身体の健康づくりについて | 60 | 5～30 | | |
| D-8 | こころの健康づくり | ・ストレスとその対応 ・メンタルヘルスについて | 60 | 5～30 | | |
| D-9 | 美浜町健康づくり計画(げんげん歩楽寿) | 美浜町健康づくり計画(げんげん歩楽寿)の内容について | 60 | 5～30 | | |
| D-10 | 今日から始める認知症予防 | 認知症の正しい知識や自分でできるチェックリスト、認知症予防のための体操等を紹介します | 90 | 5～30 | | 健康福祉課 【高齢者支援センター】 ☎32-6704 |
| D-11 | フレイル予防でいつまでも元気に！ | すぐに始めれば有効な介護予防体操等を楽しく紹介します | 90 | 5～30 | | |
| D-12 | 介護保険講座 | ・介護保険制度のしくみや保険料 ・介護の申請～認定・サービスの利用 ・介護サービスについて | 60 | 5～30 | | |
| D-13 | 認知症サポーター養成講座 | 認知症になっても安心して暮らせるまちをめざします | 90 | 5～ | | |
| D-14 | みはまで暮らそう 「在宅医療知っていますか？」 | 「家で最後まで療養したい人」に応える在宅医療についてご紹介します | 60 | 5～ | | |

| | | | | | | |
|------|----------------|---|----|-------|--------------|-----------------------------------|
| D-15 | 地域包括ケアシステムを学ぼう | 誰もが安心して生活できる仕組みとしての「地域包括システム」を知り理解しましょう | 60 | 5～ | | |
| D-16 | 国民健康保険 | 国民健康保険制度のしくみ、給付(税について) | 60 | 5～30 | | 住民環境課 ☎32-6703 |
| D-17 | 心の健康 | 自分のストレスについて把握し、心の健康の大切さ、ストレス解消方法を知る | 60 | 20～50 | 平日 9時～16時 | 二州健康福祉センター (代)22-3747 地域保健課 |
| D-18 | エイズ・性感染症の現状と予防 | 若者に広がっているエイズ・性感染症の現状と予防 | 60 | 20～50 | | |
| D-19 | 感染症とその予防 | 主な感染症についての説明とその予防策 | 60 | 20～50 | | |
| D-20 | 最近の結核とその予防 | 結核の現状と方向性、その予防策 | 60 | 20～50 | | |
| D-21 | 食品の表示について | 食品の表示と、食品の安全と安心について(食品衛生に関すること) | 60 | 20～ | 平日 9時～17時 | 二州健康福祉センター (代)22-3747 生活衛生課 |
| D-22 | | 食品の表示と、食品の安全と安心について(栄養表示に関すること) | 60 | 20～ | | 二州健康福祉センター (代)22-3747 地域保健課 |
| D-23 | | 食品の表示と、食品の安全と安心について(品質表示に関すること) | 60 | 20～ | | 二州企画振興室 (代)22-0002 |
| D-24 | たすけあって、まちづくり! | 地域で暮らすためのご近所のたすけあいについて、お話します。あわせて、福祉ボランティア活動について考えましょう。 | 60 | 5～ | | 社会福祉協議会 ☎32-1164 |
| D-25 | 薬物乱用防止教室 | 違法薬物の種類、心身に与える影響等について | 60 | 20～ | 平日 9時～17時 | 二州健康福祉センター (代)22-3747 地域支援室 |