

薬局で
お手軽
簡単

ヘモグロビンエーワンシー

HbA1c測定 6分間で結果がわかる!!

糖尿病の合併症は、無症状・無自覚で忍び寄ってきます。

糖尿病を早期に発見し、合併症予防のための早期治療へとつなげることが大切です。

※HbA1cとは、血液中で酸素を運ぶ「ヘモグロビン」と「ブドウ糖」が結合したもので過去1～2か月の血糖の状態がわかり、糖尿病の診断に使われています。

- ①測定できる薬局：イチワタ薬局 親鼻店(皆野病院前)
- ②測定方法：指先からごくわずかな血液を自己採血し測定します。
約6分間で結果がわかります。
- ③検査料：1,000円(1回につき500円の補助があります。)

(薬局窓口で申込書兼承諾書に必要事項を記入し提出してください)

なお、この検査は、町の健康情報拠点整備事業として、糖尿病の発見を目的としたものです。
※すでに、糖尿病の治療・指導を受けているかたは、医師の指示に従ってください。

※特に以下の糖尿病になりやすいかたは検査をお勧めします。

- ・境界型糖尿病と言われたことのあるかた
- ・高血圧のあるかた
- ・血縁(親、兄弟、姉妹)に糖尿病のいるかた
- ・妊婦糖尿病だったかた、巨大児出産の経験者
- ・20歳の時から体重が10kg以上増加しているかた



問合せ 健康福祉課 健康づくり担当 ☎62-1233

公民館講座

①男性限定! かんたん酒の肴教室

期日 3月25日(土)
時間 午前9時30分～正午
場所 総合センター
内容 かんたんおつまみづくり
講師 関口 計子 先生
定員 16人(申込順)
参加費 500円(材料費)
持ち物 エプロン、頭巾、手拭き

②ふるさとの味講座

期日 4月12日(水)
時間 午前9時30分～正午
場所 総合センター
内容 ちらし寿司・巻き寿司
講師 ふるさとの味伝承士
定員 20人(抽選)
参加費 500円(材料費)
持ち物 エプロン、頭巾、手拭き
申込み ①は、3月17日(金)まで
②は、3月27日(月)までに
総合センター ☎62-0454

美の山桜まつり開催!

今年も美の山桜まつりを開催します。地元特産品やグルメの販売、楽しいイベントを企画中です。皆野駅からのシャトルバスも運行します。

期日 4月8日(土)・9日(日)
時間 午前10時～午後3時
場所 美の山公園(山頂広場周辺)

ゼロからマラソンチャレンジ

毎月2回程度のマラソントレーニングで、初心者でも長い時間走れるようになることをめざします。

期日 4月21日(金)
※2回目以降の日程は申込み時にお知らせします。
時間 午後7時30分～9時
(冬季は午後7時～8時30分)
場所 皆野スポーツ公園
対象 18歳以上の町在住・在勤者
定員 10人
参加費 1,000円
申込み 3月31日(金)まで
教育委員会社会教育担当 ☎62-4563

あんない

ふれあいプール・ホット水泳教室

顔付けができなくても2か月でスキルアップ!

新学期から始められる初心者向けの教室です。

小学生初心者水泳教室Ⅰ

期日 4月15日(土)から
6月17日(土)まで
毎週土曜日の全10回
※5月6日(土)は休み
時間 午後6時30分～8時
対象 水が苦手な小学生
内容 水慣れ・初歩のクロール
定員 15人(町内優先・申込順)
参加費 4,500円(保険料含む)
申込み

3月24日(金)の午後7時から受け付け開始。25日(土)までは町内在住のかたを優先で受け付けます。参加費を添えてふれあいプール・ホット ☎62-5330