

# 第17回 しらぬか健康まつり 白糠町町民保健推進委員会 設立40周年記念講演



令和4年10月2日 日

白糠町総合体育館  
9:30～12:40（9:15開場）

## ● 健康チェックコーナー

- 脳年齢チェック(人数制限あり) ○骨密度測定(人数制限あり)
- 食生活改善推進委員による「理想の野菜摂取量」展示

## ● 介護予防体験コーナー

## ● 体操コーナー

## ● 感染予防対策コーナー（手洗いチェックなど）

## ● 40周年記念講演(11:00～式典、11:15～講演) ※講演は、事前申し込みが必要です

講師：釧路赤十字病院第三内科部長、糖尿病センター古川 真 副センター長

- 第1部「糖尿病サバイバル時代！～100年ライフ時代を君は生き残ることができるか？～」
- 第2部「僕らはみんな生きている！生きているから食べるんだ！～食べるを医学する～！」



主催／白糠町町民健康推進委員会・白糠町三師会 後援／白糠町  
申込・問合せ先／健康こども課健康支援係 ☎ 2-2 1 7 1（内線592・593）

## 9月は世界アルツハイマー月間です

### ①もの忘れ相談プログラム体験会・個別相談会

タッチパネルの端末を使用し、簡単な質問に答えることで、もの忘れの早期発見、早期治療のきっかけにするものです。所要時間は5分程度、申し込みは不要です。また、個別相談にも応じます。

日時 9月13日（火）、27日（火）10:00～12:00

場所 公民館図書室展示コーナー横



9月6日～30日まで公民館図書室に認知症等に関する書籍のコーナーを設けます。

### ②認知症サポーター養成講座

認知症の方やその家族が安心して暮らせるよう、認知症サポーター養成講座を実施します。認知症サポーターとは、特別なことをする人ではなく、認知症について正しく理解し、温かく見守る応援者です。

日時 9月21日（水）10:00～11:30

場所 社会福祉センター大会議室

申込方法 9月20日（火）までに介護福祉課介護支援係 ☎ 2-2 1 7 1

（内線527・528）へ電話で申し込みしてください。

※①・②のどちらの事業も「生き生きしらぬか活動応援ポイント事業」の対象となります。

