

# 『メタボリックシンドロームとその予防法』

～どうしたら健康的な生活習慣を続けられるのか～

今年、メタボリックシンドロームという新しい名前の生活習慣病の症状があることが発表されました。メタボリックシンドロームの症状って何？と思っている人は多いと思います。

また、健康的な生活習慣を継続させるためにどうすればいいのか迷っている人も多いと思います。今回、みなさんが気になっていることを講演していただきます。ぜひご聴講ください。

**と き** 11月11日(土) 午後1時～3時(開場12時30分)

**ところ** カノラホール 小ホール **聴講無料**

**講師** 山梨大学医学部 第3内科 **會田 薫 先生**



**講師略歴** 京都市出身

昭和56年 千葉大学医学部卒業、同年 千葉大学医学部第二内科に入局。

昭和57年 市立甲府病院医員として勤務。昭和59年 山梨医科大学第三内科に入局

昭和61年 同、助手。平成元年～米国NIH留学、平成12年 同、学内講師。

平成13年 山梨大学医学部第3内科講師

◆所属学会役員◆

日本内分泌学会評議員、認定医、日本内科学会認定内科医、日本糖尿病学会認定専門医、認定指導医

**主催** 岡谷市・岡谷市包括医療協議会・岡谷市保健委員連合会

**共催** 長野県保健補導員等連絡協議会諏訪支部

問合せ 健康推進課(内線1184)

## 里親さん募集

里親制度とは、さまざまな事情により家庭で養育できない子どもを個人の家庭に預けて、その温かい愛情と家庭的な環境の中で養育する制度です。

### ☆ 養育里親

要保護児童を養育する里親（要保護児童：社会的に保護を要する18歳未満児）

### ☆ 親族里親

三親等以内の親族が、要保護児童を養育する里親

### ☆ 短期里親

1年以内の期間を定めて、要保護児童を養育する里親（夏休みや週末を利用した短期間の委託も含む）

### ☆ 専門里親

2年以内の期間を定めて、要保護児童のうち、児童虐待等の行為により心身に有害な影響を受けた児童を養育する里親（一定の資格要件と専門里親研修修了が必要）

お子さんを自分たちの家庭に預かって養育することを希望される方について、県が審査を行い、「里親」として認定し登録します。詳しくは、諏訪児童相談所（☎52-0056、☎52-0057）までお問い合わせください。

第2回

## こどもと絵本が結ぶ講座



**と き** 10月28日(土) 午後1時30分～

**ところ** イルプラザ・カルチャーセンター

多目的ホール

**講師** 浜田 桂子先生

託児あります(15名)  
希望者は事前にお申し込みください。

**演題** 《絵本の扉をひらいたら》

### 講師プロフィール

埼玉県生まれ。桑沢デザイン研究所卒業。田中光一デザイン室でグラフィックデザインの仕事に従事。その後、子育てを通じて子どもの本の仕事をはじめ。

主な作品に「あやちゃんのうまれたひ」「あそぼうあそぼうおとうさん」「わんぱくようちえん」などがある。

問い合わせは…

イルプラザ **こどものくに**

☎24-8403 FAX24-8443

保健センター

# 11月の保健日程

健康推進課  
(内線1191)

■乳幼児健康診査

区分	期日	該当児
1歳6か月児	1日(水)	17年4月生まれ
3歳児	8日(水)	15年10月生まれ

- ▷受付…午後1時～1時40分
- ▷持ち物…母子手帳、おたずね用紙

■2歳児にこここ教室

- ▷日時…2日(木) 9日(木)  
午前9時30分～10時受付
- ▷該当児…平成16年10月生まれ
- ▷地区割…2日は今井、小井川、長地地区  
9日は上記地区以外
- ▷持ち物…母子手帳、タオル、歯ブラシ、コップ  
おたずね用紙2枚  
(にこここ教室・歯科おたずね)

■すくすく学級(離乳食の教室)〈完了期〉  
(1回目)

- ▷日時…10日(金) 午前9時50分集合
- ▷該当児…平成17年11～12月生まれ
- ▷持ち物…母子手帳、タオル



■三種混合(百日咳・ジフテリア・破傷風)

- ▷日時…2日(木) 7日(火)  
午後1時30分～2時20分受付
- ▷対象者…〈1期初回〉平成18年7月生まれの人  
〈1期追加〉平成17年10月に3回目を終了した人  
〈その他〉7歳半未満で未接種の人
- ▷地区割…2日は西堀、長地  
7日は上記以外の地区
- ▷持ち物…母子手帳(忘れた場合は予防接種ができません)、予診票

■健康相談(一般の人を対象)

- ▷日時…13日(月) 午前10時～正午
- ※第2月曜日(祝日等の場合は第3月曜日)に変わりました

■育児相談・母乳相談

- ▷日時…13日(月)27日(月)午前9時30分～11時
- ※第2・4月曜日(祝日は除く)のみに変わりました

## まちの保健室

- ◇こどものくに(育児・食事・歯等の相談)
- 日時…6日(月) 午前10時～正午
- 場所…こどものくに(イルプラザ4階)

## 薬と健康の週間 10/17～10/23



安全に、安心して薬を使用していただくために  
「かかりつけの薬剤師」にご相談ください

「かかりつけ薬剤師」とは

処方せん調剤や一般用医薬品の販売、健康食品等の相談、介護関連相談窓口などを通じ、あなたの健康に貢献し、気軽に相談できる「最も身近な薬剤師」のことです。

薬剤師会3つのお約束

1. 夜間・休日に必要な医薬品を入手しやすくします。
2. 薬を買われる方に、適切な説明をします。
3. 薬剤師の名札を着用し、責任ある対応をします。