

健康講座・相談等 ご案内（後期）

国分寺市健康推進課では、新型コロナウイルス感染症予防対策を行いながら、事業を実施しています。日程などは変更する可能性があります。詳しくは、市報・市HPでご確認ください。

事業	内容	日程
栄養講座	糖尿病予防のための食生活について	11月10日(水)
食育講座	「天平メニュー・国分寺ごはん」にまつわる市の歴史と食生活について	11月18日(木)
メタボ予防セミナー	メタボリックシンドローム予防のための運動講座	11月27日(土) 令和4年3月5日(土)
運動講座	ウォーキング講座	12月25日(土)
健康講座	メンタルヘルス講座	令和4年 1月頃
歯科講座	歯科医師による講座「口腔の粘膜の病気について」	1月25日(火)
メタボ予防セミナー	メタボリックシンドローム予防のための栄養講座	1月29日(土)
栄養講座	高血圧予防のための食生活について	2月8日(火)
健康講座	医師による胃がん最新情報について	3月2日(水)
相談	個別栄養相談	管理栄養士が行う個別相談 月1回
	健康相談	保健師・管理栄養士・歯科衛生士が行う健康相談 随時
	障害者等歯科相談	歯科衛生士が行う障害のある方や要介護の方への相談 随時

国分寺市健康推進課
かわら版

第14号
令和3年10月

健康推進課が行う令和3年度保健事業のご案内です。
年2回発行

新型コロナウイルス感染症対策にご理解・ご協力を賜り感謝申し上げます。
これからも、基本的な**感染防止対策の徹底**をお願いします。

マスクを着ける



手洗い・消毒



3密を避ける



室内の
換気・消毒



新型コロナウイルス感染症に関して ～差別や偏見につながる前に～

コロナ対策のつもりが過剰な反応になっていませんか。感染者への差別や偏見、嫌がらせが広がると検査を避けたり、感染を隠そうとする人が増え、感染拡大を抑えにくくなります。

～医療従事者やエッセンシャルワーカーに感謝やエールを～

医療従事者やその家族、社会生活の維持に欠かせない業務に携わる人々に対するサービスの提供拒否や差別などが全国で多く発生しています。感謝を持って接し、むしろエールを送りましょう。

～感染者とその家族に思いやりを～

ウイルスに気を付けても誰でも感染する可能性があります。相手の立場に立って正しい知識をもとに、感染者とその家族に思いやりを持って接しましょう。

～正しい情報を確認し、冷静な対応を～

思い込みを避けて正しい情報を確認し、科学的根拠の乏しい過剰な反応は控え、冷静に行動するようにしましょう。



参考：法務省ホームページ



【お問い合わせ先】

国分寺市健康推進課 ☎042(321)1801 (平日 午前8:30～午後5:00)

