

別紙2 ～ 中北保健福祉事務所 出前講座一覧 ～

NO.1 健康づくり

- * 健康寿命について
- * 働き盛りの体力づくり
- * 健康のための運動



NO.2 栄養・食生活

- * 子どもの食育
- * 生活習慣病予防のための食生活
- * 減塩方法・バランスのとれた食事



NO.3 自己決定支援

- * 想いのマップについて



NO.4 たばこ

- * 子どもの喫煙実態
- * 禁煙するための方法
- * 健康増進法改正による受動喫煙対策
- * たばこの害について



NO.5 こころの健康

- * ストレスチェック
- * うつ病ってどんな病気？
- * 精神疾患について



NO.6 救急医療

- * 救急医療体制について
- * 救急車・救急病院の適正利用について



NO.7 生活習慣病・がん

- * 糖尿病・脂質異常症・高血圧・骨粗鬆症
- * がん・がん検診の受診のすすめ
- * メタボリックシンドロームについて



NO.8 お酒

- * 飲酒と病気の関係
- * 適正飲酒について
- * 飲酒が子どもに与える影響



NO.9 母子保健

- * 子どもの成長と発達
- * 乳幼児の事故防止
- * 虐待から子どもを守る
- * 思春期における健康づくり



NO.10 感染症対策

- * インフルエンザ
- * ノロウイルス
- * エイズ・結核 他について



NO.11 食品衛生

- * 食中毒の予防
- * 食品の表示
- * 食品の衛生管理



NO.12 薬物乱用防止

- * 大麻・覚せい剤・危険ドラッグなど
- * 薬物乱用防止について



NO.13 動物愛護

- * 犬のしつけ方
- * 猫と仲良く暮らすために
- * 人と動物の共通感染



NO.14 生活衛生

- * レジオネラ症発生防止対策について

