

糖尿病予防教室

参加者募集

「血糖値の変動を知ろう」

血糖値は、食事や運動で上がったりがったり下がったりしています。今回、自分の血糖値の変動を実際に測定して、糖尿病予防のための生活習慣を見直す教室を開催します。

●内容

○二の腕にセンサーを装着して、血糖値を連続測定します

○測定の結果から自分の生活習慣を振り返ります

●対象者

○40歳～64歳の高山村民

○人間ドックや特定健診等で血糖検査が「異常なし以外」と判定された方が「異常なし以外」と判定された方が

●費用 無料

●募集人数 20名

●お申し込み・お問い合わせ

10月15日(火)までに高山村保健福祉センター保健みらい課 ☎63・1311へ

※教室の日程等は、申し込まれた方に後日ご案内します。



10月の当番医予定表

※診療時間は午前9時から午後5時までです。できるだけ時間内に受診してください。
 ※急患のための当番医制度ですので、緊急患者以外の受診はご遠慮願います。
 ※在宅待機のため、原則として往診は致しません。
 ※専門外の疾患の場合は対応し兼ねることもあります。

日	科	内科	外科	休日夜間当番病院
6日 (日)		けんもち医院 中之条町(75)5155	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711
13日 (日)		後藤医院 中之条町(75)2230	吾妻さくら病院 中之条町(75)3011	吾妻さくら病院 中之条町(75)3011
14日 (月)		小池医院 東吾妻町(67)2030	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111
20日 (日)		吾妻脳外循環科 東吾妻町(68)5211	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711
22日 (火)		くりはら医院 東吾妻町(68)0355	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111
27日 (日)		東吾妻町診療所 東吾妻町(59)3010	吾妻さくら病院 中之条町(75)3011	吾妻さくら病院 中之条町(75)3011

10月「なごみ茶屋」

～開催のお知らせ～

- ◆開催日時 令和元年10月8日(火)
午前10時～午後1時頃まで
- ◆場所 交流施設 なごみ
- ◆内容 みんなで楽しくおしゃべり、簡単おやつ作り、ゲームなど、昼食無料サービス
- ◆お問い合わせ
高山村保健福祉センター 保健師



スポーツ

※敬称略 sports

8/22

高山村老人クラブ連合会輪投げ大会開催

8月22日(木)、高山村民体育館に於いて第20回高山村老人クラブ連合会輪投げ大会が開催されました。

当日は12チームの参加がありました。接戦の末、結果は次の通りとなりました。

尚、上位2チームにつきましては、9月19日(木)草津町で行われた吾妻郡老人クラブ連合会輪投げ大会に、代表として参加いたしました。

◎成績

○優勝 明朗会B

○準優勝 本宿A

○3位 五領

◎個人賞

○1位 野上富士夫

○2位 平形忠男

○3位 近藤初夫

