

■ 小山地区医師会主催
の市民公開講座を
開催します

■ 日時

10月27日(日) 午前10時～

■ 場所

保健福祉センターきらら館

■ 入場料 無料(予約不要)

■ 定員

100名(粗品を進呈します)

■ 内容

【第1部】

小山地区医師会市民公開講座

時間…午前10時～11時

演題…胃がんハイリスク検

診(ABC検診)でピロリ

菌感染と胃がんをなくしま

しょう!

講師…自治医科大学 消化

器・肝臓内科准教授 佐藤

貴一先生

【第2部】

尿素呼気試験

・希望者(10名以内)に「尿

素呼気試験」無料で行い

ます。ピロリ菌の検査に

なり、30分程度の時間を

要します。希望される方

は、往復はがきに住所、

氏名を記入のうえ、郵送

してください。(宛先…

〒329-0502下野

市下古山88-1おちあ

い眼科「ピロリ菌係」あ

※10月15日消印有効
※希望者が10名を超えた場
合は抽選とさせていただきます。

なお、過去にABC検

診を受診された方、これ

から受診する予定のある

方はご遠慮願います。当

日は食事をとらずにお越

しく下さい。

■ 問い合わせ先

健康増進課 ☎(52)1116

■ 10月・11月は麻薬・
覚せい剤乱用防止
運動月間です

一人です。一人です。一人です。

■ 「11月の健康相談」
開催のお知らせ

ストレス社会と言われる

現代社会では、「こころの健

康」が大きな社会問題として

クローズアップされています。

「眠れない、食欲が落ちた、

体や頭が重い」など、誰にも

相談できずにつらい思いを

している方はいませんか？

市では、精神科医が対応す

る「こころの健康相談」を実

施します。相談することで、

今のつらさが少しでも軽く

なればと思います。

ぜひ、ご利用ください。

■ 日程

11月26日(火)、1月21日(火)

午後2時～4時

■ 場所

保健福祉センターきらら館

■ 相談員 精神科医

■ 料金 無料

※予約制となりますので、相

談日の一週間前までにご連

絡をお願いします。

※相談日以外でも随時保健

師が相談をお受けします。

■ 申し込み・問い合わせ先

健康増進課 ☎(52)1116

■ 目指せ！血液サラサラ！
脂質異常症予防教室

コレステロールについて

気になる方を対象に教室を

開催します。

普段、食事の量や塩分など

気を付けているけどなかなか

か改善しない方、これから生

活改善に取り組みたい方な

ど、ぜひご参加ください！

■ 対象者 下野市民で健康

診断を受診した方

■ 募集人数 30名程度(定

員になり次第締め切り)

■ 日時

10月30日(水)

午前9時30分～11時30分

■ 場所 保健福祉センター

きらら館

■ 内容 ①脂質異常症(高

コレステロール)ってどうい

う病気？②脂質異常症を予

防する食生活って？③自分

の食事の傾向を知ろう！④脂

質異常症予防食の試食

■ 持ち物 筆記用具、健診結

果

■ 申し込み・問い合わせ先

10月23日までにお申し込

みください。

健康増進課 ☎(52)1116