

## 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
- \* 働き盛りの健康づくり



### NO.2 栄養・食生活

- \* 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

- \* 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・循環器疾患等の予防
- \* がん・がん検診の受診のすすめ



### 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

