

**新潟県立精神医療センター
市民こころの健康講座**

問 新潟県立精神医療センター
市民こころの健康講座事務局
☎0258-24-3930

「一緒に学ぼう! アルコールの落とし穴」もしもお酒で困ったら」

アルコールは、脳卒中や肝硬変などの生活習慣病のほかに、がん、認知症、うつ病などにも影響を及ぼします。

毎日飲酒する習慣がある市民の割合は34.6%で、県平均よりも高い傾向にあります。生活習慣病のリスクを高めるとされる飲酒習慣(1日平均で男性2合以上、女性1合以上)がある人も多くいます。(平成29年住民健診問診票より)

日 10月14日(日)
午後1時30分～3時30分
(受付 午後1時～)

会 長岡市立中央図書館講堂
講 橋尻洗陽さん(新潟県立精神医療センター精神科医師)
体 験 談・北原さん(新潟マツクス施設長)

費 無料
申 不要。直接会場まで。

肝炎医療相談会

問 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 医薬予防課
保健予防係
☎772-8142

肝炎患者やその家族、肝炎ウイルス感染の心配がある人などを対象に、専門の医師による相談会を開催します。B型・C型肝炎の医療に関する心配ごとなどを、ご相談ください。

日 10月5日(金)

午後7時～8時20分
相談時間 1人20分間

会 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部(南魚沼保健所)
担 当 医 米倉研史さん(医療法人社団研鑽会米倉医院理事長・医師)
定 4人(先着順)
費 無料

申 電話か来所して予約してください。

日 9月20日(木)

他 保健師などによる訪問相談も実施しています。希望者は、お問い合わせください。

10月 にここ広場カレンダー

にここ広場は入園前の子どもの対象です。各保育園のにここ広場にでかけてみませんか。

日	曜日	園名・電話番号	時間	内容	注意
4	木	牧之 ☎782-1746	9:45～10:45	人形劇	保険料一人10円が必要。問合せは、各保育園まで。
6	土	三用 ☎779-3051	9:30～	運動会(雨天時は三用小学校)	
		大崎 ☎779-2762	9:30～10:30	運動会(雨天時は大崎小学校)	
		藪神 ☎777-2331	9:40ごろ	運動会(雨天時は藪神小学校)	
9	火	上長崎 ☎782-1184	9:45～10:45	保育園で遊ぼう	
10	水	五日町 ☎776-2155		お外で遊ぼう・散歩(雨天時は室内遊び)	
11	木	赤石 ☎779-3008			
18	木	舞子 ☎782-0436		お外で遊ぼう(雨天時は室内遊び)	
19	金	下長崎 ☎782-0092		りす組さんとお散歩しよう(雨天時は室内遊び)	
23	火	上原 ☎775-2114		園庭で遊ぼう(雨天時は室内遊び)	
		石打 ☎783-3624		ハロウィン飾りを作ろう	
24	水	あおば ☎775-2274		ホールで遊びましょう	