

**ニコニコ親子さんぽ  
自然がいっぱい!地球村コース**

自然の中で散歩を楽しみましょう。ほっくりあたたかい焼き芋もあります。

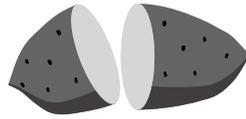
**時** 12月1日(土) 10:00集合

**集合場所** 地球村キャンプ場

**対** 乳幼児~小学生の家族

※参加無料、申込不要

**持ち物** 歩きやすい靴・服装、飲み物、帽子、タオル、歩きゃ~カード(あれば)



※雨天中止

**問** 保健センター 飯島 TEL 23-5960

**お詫びと訂正**

広報たじみ10月号29ページ「インフルエンザ予防接種のお知らせ」で訂正がありました。関係各位にはご迷惑をお掛けします。

**表中「ももいクリニック」の対について**

(訂正前)「空欄」(65歳以上、小児の接種可)

(訂正後)「○」(65歳以上のみ接種可)

**糖尿病教室(11月分)**

第41期(全8回)

第2回	11月2日	からだを動かしてみませんか? 効果的な運動について
第3回	11月9日	ストップ合併症! こうして糖尿病合併症を防ぐ
第4回	11月16日	どんなものを食べればいいのか? 食品交換表の活用術
第5回	11月30日	どんなものを食べればいいのか? 無理なく楽しい食事にするコツ 外食・間食のできるコツ

※都合により内容が変更になる場合があります

**時** 毎回金曜日 14:00~15:00

**場** 市民病院 7階講堂

**対** 糖尿病患者およびその家族、糖尿病に興味のある方どなたでも ※申込不要

**問** 市民病院 栄養課 TEL 22-5211

**バス献血のお知らせ**

バロー多治見ショッピングセンターで毎月献血を行います。

**時** 11月17日(土) 9:30~11:30、13:00~16:00

**場** バロー多治見店(若松町)駐車場内献血バス  
※400mL献血限定

**問** 岐阜県赤十字血液センター TEL 058-272-6927

**どうにかしたい コレステロール教室**

「家族も高いし下がらないでしょ」とあきらめていませんか。生活スタイルを見直して、LDLコレステロールの適正值を目指しましょう。

**時** 12月13日(木) 13:30~15:30

**対** 75歳未満の方でLDLコレステロール値 120mg/dl以上の方

**定** 25人

**持ち物** 健診結果、筆記用具

**申込方法** 電話または窓口で

※野菜料理の試食付き

**場** **申** 問 保健センター 成人保健グループ

TEL 23-5960



**みんなで楽しいウォーキング**

①旭ヶ丘運動公園から桜ヶ丘ウォーク

②若一王子神社ウォーク

③池田町屋巡りウォーク

④深山の森ウォーク

※どのコースも雨天中止

**時**

①11月10日(土) 9:30集合

②11月15日(木) 9:30集合

③11月16日(金) 9:30集合

④11月17日(土) 9:30集合

**集合場所**

①旭ヶ丘運動公園駐車場

②星ヶ台競技場

③太平公園

④南姫公民館

※参加無料、申込不要

**持ち物** 飲み物、帽子、タオル、歩きゃ~カード(あれば)

※できるだけ公共交通機関を利用

**問** 保健センター 西尾(悦) TEL 23-5960

