

【出前講座一覧】

No.	講座名	内容	担当課連絡先
45	働き盛りのかたのメタボ予防	動脈硬化や糖尿病・高血圧・脂質異常症など、事業所の健康課題に沿ったテーマについて	保健政策課 保健政策係 73-6022
56	健康づくりと栄養・食生活	ライフステージに合わせた「食」を通した健康づくりについて	健康増進課 歯科・栄養係 23-6962
57	歯と口の健康づくり	むし歯・歯周病予防と歯みがき、よくかむ事について	
60	将来を見据えたカラダづくり ～プレコンセプションケア～	妊娠・出産を含めたライフデザインや将来を考えた健康管理について(妊娠中・不妊治療と仕事の両立を含む)	
62	たばこについて知ろう	たばこと健康・禁煙・受動喫煙の防止について	健康増進課 成人・難病支援係 23-6639
64	がんについて知ろう	がんに関する正しい知識について (治療、緩和ケア等は含みません)	
65	メンタルヘルス講座 (セルフケア・ラインケア)	職場で取り組めるメンタルヘルス(こころの健康)対策について	健康増進課 こころの健康推進係
67	こころの病気について知ろう	精神疾患の理解と対応について	23-6715