






別表

## 峡南保健福祉事務所（峡南保健所）出前講座一覧

No	分野	内容
1	総合課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「健やか山梨21」について</li> <li>・健康寿命について</li> </ul>
2	栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの食育</li> <li>・生活習慣病予防のための食生活</li> <li>・減塩方法・バランスのとれた食事</li> </ul> 
3	働き盛りの体力づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりのための運動</li> <li>・ウォーキングの仕方</li> </ul>
4	たばこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの喫煙実態</li> <li>・禁煙するための方法</li> <li>・たばこの害について</li> </ul>
5	心の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心の健康について</li> <li>・ストレスマネジメント</li> <li>・うつ病予防について</li> <li>・認知症について</li> <li>・精神科疾患について</li> </ul> 
6	生活習慣病・がん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病・脂質異常症・高血圧・骨粗鬆症</li> <li>・がん・がん検診の受診勧奨</li> <li>・メタボリックシンドロームについて</li> </ul>
7	お酒	<ul style="list-style-type: none"> <li>・飲酒と病気の関係</li> <li>・適正飲酒について</li> <li>・飲酒が子どもに与える影響</li> </ul>
8	母子保健	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの成長と発達</li> <li>・大切な命を守るために</li> <li>・虐待から子どもを守る</li> <li>・思春期における健康づくり</li> </ul> 
9	感染症対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・インフルエンザ</li> <li>・新型コロナウイルス感染症</li> <li>・ノロウイルス感染症</li> <li>・エイズ、結核等</li> </ul> 
10	食品衛生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食中毒予防</li> <li>・食品の表示</li> <li>・食品の衛生管理</li> </ul> 
11	薬物乱用防止	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大麻、覚醒剤、MDMA 等</li> <li>・薬物乱用防止について</li> </ul>
12	生活衛生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・理容所・美容所での消毒について</li> <li>・浴槽レジオネラ対策について</li> </ul>