

令和元年度

厚別東地区の健康づくり活動

厚別東 福祉・健康・介護 よろず相談会

日時：令和元年6月27日

場所：DCM ホーマック厚別東店

内容：健康チェック(足指力、骨密度、もの忘れチェック)

福祉・健康・介護相談コーナー、運動・体力づくりのアドバイス

60名参加



子育てサロンでの骨密度測定

日時：令和2年1月28日

場所：厚別東児童会館

内容：骨密度測定&講話

～厚別東地区の
健康課題について～



11組の親子が参加

子育てサロンでの育児相談

場所：厚別東地区の子育てサロン3か所
(くりの木、森のもりっ子、
厚別東児童会館)

内容：育児相談やお子さんの体重測定



保健師から一言

厚別東地区の有病率は、札幌市104地区のうち

「糖尿病性腎症」が

ワースト
1位

「脂質異常症」が

ワースト
5位

です。

KDB帳票 (H28年度累計)

どちらも生活習慣を見直すことで、予防できる疾患です！

まずは年に1度健康診断を受け、自身の健康を振り返りましょう♪