

健康情報 ～HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)を知っていますか?～

ヘモグロビンエーワンシー

HbA1c とは

- 血糖のコントロール指標です
- 過去1～2ヶ月の平均血糖値を反映しています

血糖値が高い状態が続くと
HbA1cの数値も上昇します



糖尿病の診断にも
用いられる指標です

熊本県のデータ

HbA1c 6.5% 以上者の割合 全国ワースト4位 <small>(第4回 NDB オープンデータ 平成28年度分)</small>	40～64歳 男性で HbA1c 6.5% 以上者の割合 全国ワースト1位 <small>(第4回 NDB オープンデータ 平成28年度分)</small>
----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------

HbA1cの正常な値はどの位でしょう?

- ① 5.5%以下 ② 6.0%以上6.5%未満 ③ 6.5%以上

答え ①

<熊本県保険者協議会提供資料より>

★広報なんかん5月号は、～南関町の高血糖者の状況～について掲載予定です。

問 健康推進課 ☎53-3298

母子健康手帳交付(予約制)について

町では、安心・安全な出産を迎えられるよう、母子健康手帳交付時に妊娠中の健康や、母子保健サービス等のご説明をしております。

母子健康手帳交付は、予約制になっておりますので、予約のご連絡をお願いします。

4月の母子手帳交付日は 13日(木)、27日(木)

5月の母子手帳交付日は 11日(木)、25日(木)

交付時間は、10時または11時です。

所要時間は30分～40分くらいです。



- 持参するもの
- 妊娠届
 - 個人番号カードまたは通知カード(マイナンバー)
 - 妊婦の口座情報が分かるもの(通帳)…出産応援ギフトのため
 - 印鑑

※上の日程でご都合がつかない場合は、保健センター(☎53-3298)までご相談ください。

～男女共同参画社会を実現するために～

DV・デートDVひとりで悩んでいませんか?

DVはドメスティック・バイオレンスの頭文字です。夫婦など親密な関係にある人の間に起きるさまざまな暴力を指します。交際中の二人に起きるDVをデートDVといいます。

男性からのDV・女性からのDVを「愛している(されている)証拠だ」と間違った認識で受け入れてしまわず相談してみてください。



◎相談窓口

- ・暴力に関する相談(電話) DV相談ナビ #8008
- ・性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター(電話) #8891
- ・熊本県女性相談センター
DV相談 (電話)096-381-7110
月～金 8:30～22:00
土日祝 9:00～22:00
(年末年始を除く)

*男性のDV被害者からの相談も受け付けています



- ・精神的な(心への)暴力⇒怒鳴る・無視する・行動や交友関係を監視・制限するなど
- ・身体的な(体への)暴力⇒殴る・蹴る・髪を引っ張る・物を投げつけるなど
- ・経済的な(お金からむ)暴力⇒一方的にお金を借りる・借りたお金を返さないなど
- ・性的な暴力⇒相手が嫌がるのに体を触ったり、性的な行為を強要する・下着姿や裸の画像・動画を勝手に撮る、撮ったものを送らせる、その画像・動画を使い脅すなど

☆ 第40期「熊本のいのちの電話」☆ 電話相談員養成講座受講生募集

生きる力や希望を失いつつある人に寄り添う「熊本のいのちの電話」では、電話相談員を養成する講座の受講生を募集中。カウンセリングの基礎や電話対応を学びます。

時 間	毎週火曜日 午後6時30分～8時30分(2時間)
会 場	熊本YMCA中央センター(中央区段山本町4-1)
費 用	前期 10,000円、後期 12,000円(学割有)
期 間	前期 令和5年5月9日～9月19日 後期 令和5年10月3日～令和6年3月19日
年 齢	20歳以上70歳以下
募集締切	4月28日(金)

詳細は資料を送付します。

申込みは熊本のいのちの電話事務局 ☎096-354-4343(平日午前10時～午後5時)へ。

ホームページにも情報を掲載しています。



- 電話相談員養成講座で、いのちの電話の活動やどんなことを学ぶのか事前説明会を行います。興味のある人はお申し込みください。

- と き 4月13日(木) 午後2時～3時半/午後6時半～8時
4月15日(土) 10時半～正午
- ところ 市民会館シアーズホーム夢ホール 会議室(熊本市市民会館)
- 参加費 無料
- 定 員 各回20人(前日までに要予約・定員になり次第締切)

ホームページでも募集の説明動画をご覧になれます。資料のみの請求も受け付けています。

