



11月14日は 世界糖尿病デー ワールドダイアベティスデー World Diabetes Day

成人の10人に1人が糖尿病であり、その半数が「自分が糖尿病であることを知らない」といわれています。自分の体に関心を持ち、生活習慣を見直してみましょう。

問い合わせ

健康づくり課 ☎ (50) 8430、FAX (50) 0668



早期発見・治療のためにも定期的に健康診断を

糖尿病初期は自覚症状がほとんど出ません。気がつくとも病状が進行し、末期には失明することや、透析治療が必要となることがあります。早期発見・早期治療のためにも、年に1度は健康診断を受けましょう。



生活習慣病予防講演会

「知っておきたい糖尿病のキホン」をテーマに、糖尿病予防の生活ポイントや糖尿病と歯周病との関係などをお話します。

とき・ところ

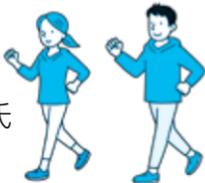
①11月13日(水)午後2時～4時…保健所

②11月20日(水)～12月8日(日)…アーカイブ配信

講師 さわ内科糖尿病クリニック院長 沢丞氏

対象・定員 ①は市内在住・在勤・在学の方 50人(先着順)

申し込み 10月15日(火)から②は11月6日(水)、①は15日(金)までに市の☎の健康づくり課のページから



生活習慣病対策講座・糖尿病編 毎日の習慣から血糖コントロール

とき 11月8日(金)午前10時～正午

ところ 保健所

内容 糖尿病の基礎知識、合併症について、食生活のポイントほか

対象・定員 市内在住・在勤の方30人(先着順)

申し込み・問い合わせ

10月17日(木)から電話するか、ファクスに氏名・電話番号を書いて(公財)藤沢市保健医療財団 ☎ (88) 7311、FAX (86) 6065へ



「糖尿病連携手帳」をご活用ください

糖尿病は血糖値の管理だけでなく、合併症予防のために、眼科や歯科などの定期的な診察も大切です。糖尿病連携手帳をご活用ください。

※手帳の入手方法など詳細は、かかりつけ医にご相談ください



江の島シーキャンドルを ライトアップします

11月14日(木)に江の島シーキャンドルを世界糖尿病デーのシンボルマーク「ブルーサークル」にちなみ、青くライトアップします。



テレビ・ラジオ・SNSなどでも市政・地域情報発信中!



■毎日3回放映=正午/午後8時/午後10時

「ふじさわ情報ナビ」番組ガイド

※ジェイコムチャンネルでの特別番組放送のため、放送時刻が次の通り変更となります

10月7日(月): 午前9時30分/午後8時/午後10時

10月24日(木): 午前9時/正午/午後8時

10月26日(土)、27日(日): 午前7時30分/午後8時/午後10時

10月7日(月)～13日(日)	10月14日(月祝)～20日(日)	10月21日(月)～27日(日)
【ふじさわトピックス】 ・江の島パリスUNSET2024 ・吉岡美帆選手 藤沢市市民栄誉賞贈呈式	【カラフルフジサワ】 7月～9月放送ダイジェスト	【ふじさわトピックス】 ・第49回藤沢市民まつり ・北消防署地域交流イベント
【旬の野菜! 収穫GO】 藤沢で生産される農産物を収穫に行きます(今回は里芋です)		【ふじさわごはん】 藤沢産の食材を使った簡単な料理を紹介します(今回は里芋です)

ふじさわメールマガジン配信サービス [登録してね!](#)



[藤沢市公式Facebookページ](#) [いいね!してね!](#)
「ColorFULL FUJISAWA (カラフルフジサワ)」



藤沢エフエム放送

地震などの災害時は、番組を中断して情報をお伝えします

アプリからも聞かれます



ハミングふじさわ (30分) …健康・防災・サークル活動など、身近な話題や市民の声をお届けします

■放送時間=月～金曜日の午前10時/(再放送)午後7時

コーナー名	放送日	内容
私の文庫 毎週水曜日	10月16日	わたしの玉子焼き…川岡蘭(わかふじ74号)
	10月23日	はじめて見たホテル…渡邊光(わかふじ74号)
知りたい! 藤沢産 毎週木曜日	10月10日	JAさがみ藤沢市稲作部会 酒米研究会 会長 石塚義章さん
	10月17日	Vegiko
	10月24日	和孝園
サークル紹介 毎週木・金曜日	10月10日・11日	G・P・C…湘南台公民館
	10月17日・18日	ウーマンズリーグ…湘南台公民館
	10月24日・25日	鶴沼川柳同好会…鶴沼公民館
●大好きふじさわ/ふじさわSDGs共創パートナーコーナー(第4週)…月・火曜日 ●防犯・防災メモ…月～金曜日 ●街の話題…月曜日 ●いきいき健康…火曜日 ●本日より…火曜日 ●ふじさわ歴史探訪…水曜日 ●週末情報…木曜日 ●FM広報ふじさわ…金曜日		

ハミングインフォメーション (5分) …市からのお知らせや、催し物などを紹介します

◎月～金曜日=午前8時/午後3時/午後6時 ※午後6時からは外国語での紹介です

◎土・日曜日=午前9時54分(週末の休日診療紹介あり)/午後3時/午後4時54分

ラジカルナビ (5分) …5カ国語で簡単な会話と文化を紹介する外国語情報発信番組です

◎月～金曜日の午後0時54分/(再放送)午後3時54分

月曜日…中国語、火曜日…韓国語、水曜日…ポルトガル語、木曜日…英語、金曜日…スペイン語

問い合わせ 広報シティプロモーション課 ☎内線2122、FAX (24) 5929 ©番組の内容は予告なく変更される場合があります