

牡鹿地区で健診結果説明会（健康講話）を行いました

8月3・5日に牡鹿地区で行われた健診結果説明会において、辻センター長ら医師が健康講話と個別相談を行いました。

〔日程／会場〕

- ・ 8月3日（月）仮設桜畑団地／仮設大原団地
- ・ 8月5日（水）牡鹿保健福祉センター 清優館

参加者の皆様は、センター医師や石巻市本庁管理栄養士による「健診結果の見方」「健診結果別 食事のポイント」についての説明を、時に質問を交えながら聞かれていました。

個別相談では、持参した健診結果をもとに、ご自身やご家族の健康管理について熱心に相談されていました。

辻センター長による健康講話「ふだんの血圧の重要性～今日からできる予防と対策～」では、家庭で自身の血圧を測定することの重要性について説明がありました。質疑応答では、参加者の皆様の血圧管理についての話題になり、ご自身の生活を振り返る機会にもなったようでした。

今回の説明会は、参加者の皆様に今後の健康・生活習慣を意識していただける良い機会となったと思います。

（公衆衛生学分野・丹治史也）

