



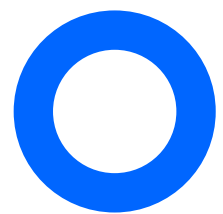
11月14日世界糖尿病デー
 JR奈良駅旧駅舎
ブルーライトアップ 2019

11.13(wed)▶11.17(sun) 日没▶22時

自分のため、大切な人のために
 糖尿病の理解を深める
 知る優しさは守る強さへ
 JR奈良駅旧駅舎より心をこめて…



#JR 奈良駅旧駅舎
 #11月14日世界糖尿病デー
 #ブルーライトアップとしかまるくん



world diabetes day

11月14日はしかまるくんがくるよ！
 「#ブルーライトアップとしかまるくん」
 をつけて投稿してね♪



共催：奈良県糖尿病協会 http://plaza.umin.ac.jp/nara_dm
 奈良県糖尿病対策推進会議
 奈良市

【問い合わせ】奈良市健康医療部健康増進課 TEL：0742 - 34 - 5129 <http://www.city.nara.lg.jp>

11月14日は世界糖尿病デー
 (市ホームページ)



血糖値を知るためにも、健診を受け、正常値を目指して保健指導を受けましょう。

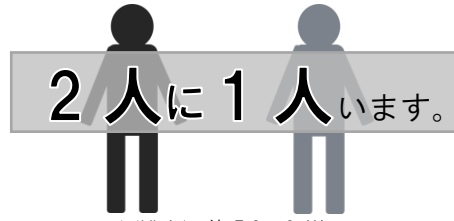
11月14日世界糖尿病デー



■糖尿病は他人事ではない！？奈良市民の現状



血糖値がちょっと高く※、
生活習慣の改善が必要な奈良市民が



※HbA1c 値 5.6～6.4%

平成30年度奈良市国民健康保険特定健康診査結果より作成

血糖値がとても高い※
奈良市民のうち、未治療の人が



※HbA1c 値 8.0%以上

■糖尿病に関する情報を見る

糖尿病や食事・運動等、パネル展示や市ホームページにて健康情報を発信しています。

①パネル展示

【日程】令和元年11月11日(月)～15日(金) 【場所】市役所本庁舎1階連絡通路

②市ホームページ

右記QRコードからご覧ください。



■第3回 世界糖尿病デーフォトコンテスト

【応募受付期間】令和元年8月1日(木)～9月27日(金)



世界糖尿病デーのシンボルマークである、ブルーサークルの「青」にまつわる写真を募集！

■テーマ：「奈良の町で見つけた青にまつわる風景」

■応募資格：奈良市民及び奈良市内在学・在勤者

■応募方法：奈良市ポイント運営事務局ホームページから応募。

※詳しくは右記QRコード又は、奈良市ポイント運営事務局ホームページ、市ホームページ参照。



あなたの投票で入賞作品が決まる！！【投票期間】令和元年10月7日(月)～27日(日)

1次審査通過した作品から、市民投票により入賞作品を決定します。ぜひご投票してください！

【投票方法】・奈良市ポイント事務局ホームページからインターネット投票。(右記QRコードより投票)

・1次審査通過作品のみ展示し、投票を行う。



【投票展示】		【表彰展示】	
日程	場所	日程	場所
10月7日(月)～11日(金)	市役所本庁舎1階正面玄関	11月8日(金)～15日(金)	はぐくみセンター1階
10月17日(木)～27日(日)	はぐくみセンター1階	11月11日(月)～15日(金)	市役所本庁舎1階連絡通路
10月26日(土)～27日(日)	食育フェスタ(奈良ファミリー)	11月23日(土)～12月1日(日)	入江泰吉記念奈良市写真美術館

■「糖尿病相談窓口」のご案内

血糖値が高め、肥満で糖尿病の危険があると言われた方に、管理栄養士等が相談を受け、生活指導等を実施します。(医師の診察はありません/1人約60分)

【日時】毎週月曜日(祝日除く) ①午後1時00分から ②午後2時30分から

【場所】奈良市健康増進課(はぐくみセンター3階) 【対象】奈良市民

【申込】電話で希望の日時を健康増進課へ

【持ち物】健診結果がある場合はご持参ください。



【問い合わせ先】奈良市健康医療部 健康増進課

〒630-8122 奈良市三条本町13番1号 (TEL:0742-34-5129/FAX:0742-34-3145)