

令和6年度

# 糖尿病予防講座

みなさん、毎年健診を受けていますか？ご自身の血糖値はご存じですか？

糖尿病は、血糖値(血液中に含まれるブドウ糖)が慢性的に高くなる生活習慣病です。

糖尿病について知りたい方、関心がある方は、

この機会にぜひ糖尿病について理解を深めましょう。

市立伊勢総合病院 生活習慣病予防チームの  
医師・看護師・理学療法士・管理栄養士による糖尿病講座



藤本 昌雄氏



生活習慣病予防チーム

## 講師紹介

■医師 市立伊勢総合病院名誉顧問

藤本 昌雄氏  
「糖尿病について」

■看護師

中西 早紀氏  
「検査結果。ここに注目しよう」

■管理栄養士

吉田 奈央氏  
「糖尿病を予防するバランスのよい食事」

■理学療法士

栗原 大知氏  
「運動の予防効果や目標値  
～鍛えよう筋肉～」

無料

令和7年

3/1(土)

10:00▶12:00

受付 9:30～

玉城町保健福祉会館  
ふれあいホール

お問い合わせ・お申込み先

玉城町役場 保健福祉課 地域共生室

TEL 58-7373

月・水・金 8:30～17:15

火・木 8:30～19:00

URL <https://logoform.jp/form/FAU7/871726>

当日参加も可能です

QRコードから

