

健康講座のご案内

参加費無料

～血糖値が気になる方へ～

市立大洲病院の糖尿病透析予防チームの方々と連携して、糖尿病を予防するための講座を開催します。HbA1cが5.6%以上の未治療の方が対象です。その他、「糖尿病予備群」と言われたことのある方やそのご家族も参加可能です。ぜひこの機会にご参加ください。

日時 令和 6年 11月 28日(木)

午後2:00～4:00 (受付/午後 1:30～)

場所 大洲市総合福祉センター 4階 多目的ホール

対象者

- ・HbA1cが5.6%以上の糖尿病未治療者
- ・病院や健診等で「糖尿病予備群」と言われたことのある方
又は、そのご家族

内容 ①医師による講話：「糖尿病とは」

講師：市立大洲病院 内科部長 有光 英治先生

②管理栄養士による講話：「食事」から「健康」を考える ～食事療法のコツ～

講師：市立大洲病院 管理栄養士 毛利 菜月先生

準備物 筆記用具

申込み 11月21日(木)までに、大洲市健康増進課まで申し込んでください。

お申込み・お問い合わせは、大洲市健康増進課(大洲市保健センター)まで
☎(0893)-23-0310

