

糖尿病予防講演会

食事から健康づくり～今日からできる糖尿病予防～

日本は、予備群も含めると約2,000万人の糖尿病患者がいると言われています。さらに特定健康診査の結果から茂原市民は、高血糖の方の割合が国や県の平均よりも高くなっていることがわかっています。

糖尿病は健診で早期に発見し、適切な血糖コントロールを行い、悪化させないことが重要です。ぜひこの機会に健康生活推進員と一緒に学んでみませんか？

- ◆日時 11月7日(金) 13時15分～15時30分 (受付13時～)
- ◆会場 市役所市民室
- ◆講師 女子栄養大学 栄養クリニック教授
かまち けいこ 蒲池 桂子氏 (管理栄養士)
- ◆定員 70人 (要申込・申込順)
- ◆費用 無料
- ◆主催 茂原市健康生活推進員会



申込み・問合せ 保健センター ☎ (25)1725 FAX (25)1865

まだ間に合います!!

特定健康診査(個別健診)の受診はお済みですか？

市では、心筋梗塞や腎不全などの原因となる高血糖や高血圧、脂質異常を早期に発見することを目的に、特定健康診査を実施しています。受診がお済みでない方は、ぜひお申し込みください。

※事前予約が必要となりますので、必ずお申し込みの上、受診してください。

- ◆対象 茂原市国民健康保険に加入の40歳～74歳の方
- ◆実施方法 個別健診 (長生郡市内の契約医療機関で行う健診)
※集団健診は終了しました。
※健診内容は健康管理課ウェブページをご確認ください。
- ◆健診期間 12月25日(木)まで
- ◆費用 2,000円
- ◆申込方法 11月28日(金)までに電話、FAX、メールまたは窓口にて
※質問票等は申し込み後に随時郵送します。



▲ウェブページ

申込み・問合せ 健康管理課 ☎ (20)1574 FAX (20)1600