

報道関係各位	発信年月日	令和4年6月9日	
担当部課名	担当課長名	担当者職氏名	連絡先電話番号
福祉部健康増進課	健康増進課長 尾山 貴子	主任技師 河野 直子	(0836) 71-1814

件名 令和4年度糖尿病予防教室を開催します

内 容

次のとおり開催しますので、お知らせします。

- 1 対象者 糖尿病予防に関心のある方
- 2 目的 ①糖尿病の病態を知り、自らの生活習慣を振り返る
②日常生活において、糖尿病予防のための生活習慣を継続することで、糖尿病の発症を予防する

3 日程・内容

	日 時	内 容
1	7/13 (水) 9:30~12:00	・医師の講演（公開講座）「糖尿病の病態について」 講師：山陽小野田市民病院事業管理者 矢賀健先生（ヤガケン） ・保健師の話「生活習慣や健診結果の振り返り」
2	7/19 (火) 9:30~12:00	・理学療法士による運動の話と実技（運動療法） ・管理栄養士による食事の話
3	8/5 (金) 9:30~12:00	・調理体験・試食 ・家庭での取組の継続支援・助言について
4	10/5 (水) 9:30~12:00	・日常生活の振り返り

※教室は4回で1コースです。

※1回目の医師の講演は公開講座です。どなたでも参加できます

- 4 場 所 厚狭地区複合施設
- 5 定 員 30名（1回目のみ50名）
- 6 参加費 無料（調理体験は1人400円）
- 7 申込期間 6/13（月）～7/8（金）
- 8 申込方法 電話または窓口
- 9 申込先 健康増進課 71-1814

FAX 発信者：山陽小野田市企画部シティセールス課
電話 (0836) 82-1148 FAX (0836) 83-9336