

市民公開講座

糖尿病とその合併症を 予防するために

入場無料

参加定員
250名

事前申込不要

※直接会場へお越しください。

日時 | 平成30年3月3日(土) 13:00~14:30(12:00開場)

会場 | 福岡市健康づくりサポートセンター10F あいれふホール
〒810-0073 福岡県福岡市中央区舞鶴2丁目5番1号(あいれふ)

QRコードを会場の交通アクセスををご覧ください。
<http://www.kenkou-support.jp/access/>



プログラム

1部 30分(13:00~13:30)
糖尿病の疑問?に答える Q&A
合併症なぜおこる?本当に治らない?予防と治療のコツは?

進行 井口 登與志
福岡市健康づくりサポートセンター
センター長
第52回糖尿病学の進歩 世話人

林田 スマ
フリーアナウンサー
大野城まどかびあ館長

ゲスト

2部 1時間(13:30~14:30)
簡単に出来る!
実践食事療法・運動療法

司会
林田 スマ
井口 登與志

パネリスト
簡単に出来る!実践食事療法
一少し控えめの食事をパターン化し
美味しく食べるコツ学んでみませんかー

大部 正代
中村学園大学栄養学部栄養科学科



ブルーリバー

とっても簡単!今すぐにでも
始めることができる糖尿病
予防・改善のための運動とは?

佐藤 広徳
福岡市健康づくりサポートセンター

健康フェア同時開催

受付:12:00にスタート(1階フロア)
※詳しくは、「第52回糖尿病学の進歩」ホームページおよび、当日会場にてご確認ください。
(<http://www.congre.co.jp/52shinpo/>)

1階 12:00~13:00
先着限定 ・健康食試食
(喫茶レストラン「オアシス」)

1階は有料となります。

2階 14:30~16:00
先着限定 ・フードモデルを使って
食事バランスチェック
ウエルネスレストラン

先着限定 ・インボディ測定体験
(四肢・手足の筋肉量測定)

先着限定 ・ロコモ予防運動体験

10階 14:30~16:00
・血糖測定
・血圧測定
・医療相談

2階と10階は
無料となります。