

糖尿病教室

参加
無料

定員50名
(要予約)

令和7年6月21日(土)

午後2時～4時

上野原市総合福祉センターふじみ2階

講演：血糖値が高いと言われたら

講師：岡本 佳奈 医師【上野原市立病院 内科】

上野原市立病院による健康ブース

お薬相談

お薬の疑問や悩みについて
薬剤師がお答えします。

血糖測定

血糖値を実際に測って
みましょう！

運動のあれこれ

なぜ運動が良いのか
どんな運動が良いのか
お話します。

食事の適正量

栄養士から食事について学び、
日々の食生活を見直しましょう！

フットケア 口腔チェック

看護師により、足や口腔状態
を確認できます。

第一生命・住友生命・明治安田生命による健康測定
(血管年齢測定・AGEs測定・骨健康度測定等)も実施します。

LINEからの
お申し込みはこちら



お申し込み・お問い合わせ先

上野原市役所 子育て保健課

医療保健担当

☎ 0554-62-4134