

第29回

# 県民のための 健康管理講座

平成29年12月3日 日  
13:00~15:30 (開場 12:30~)

開催  
場所

笠間市立笠間公民館  
〒309-1613 茨城県笠間市石井2068-1



ご存知ですか？

国民の5人に1人が発症する糖尿病!!  
最新情報・予防方法を学び、  
自分の生活習慣を見直しましょう。 (笠間市より)

講習料  
無料

筑波大学附属病院  
内分泌代謝・糖尿病内科 病院教授  
**鈴木浩明** 先生

筑波大学附属病院 病態栄養部 副部長  
管理栄養士  
**岩部博子** 先生

筑波大学附属病院 リハビリテーション部  
理学療法士  
**鈴木康裕** 先生

## 糖尿病、甘く見ていませんか？

## 糖尿病を予防する食習慣

## 運動は糖尿病に効く

～血糖値だけでなく運動の効果～

### 申し込み方法

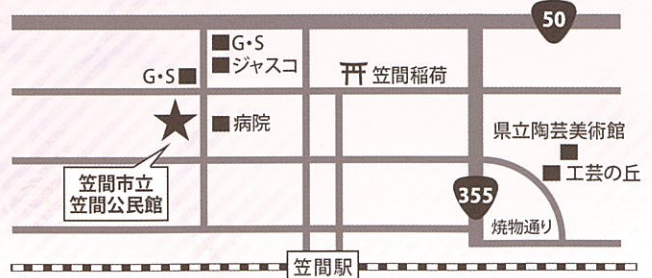
電話、FAX、WEBで事前にお申し込み下さい。  
お申し込み先：一般財団法人 桐仁会  
つくば市天久保2-1-1 (筑波大学附属病院内)  
☎029-858-0128 FAX 029-858-3351  
WEB <http://www.tohjinkai.jp/>

### お問い合わせ先

笠間市保健衛生部  
健康増進課 ☎0296-77-9145

### 交通アクセス

JR水戸線……笠間駅から徒歩約20分  
常磐自動車道……水戸ICから約40分  
北関東自動車道……友部ICから約15分



主催 一般財団法人桐仁会、笠間市

後援 筑波大学附属病院、茨城県、茨城県医師会、笠間市医師会、水戸市、石岡市、小美玉市、桜川市、城里町、茨城町