

# 糖尿病&減塩 フェスタ in せいてつ病院

平成27年

11/14(土)  
13:00~

製鉄記念八幡病院 4階 講堂  
3階 第3会議室

日本では、糖尿病や糖尿病の疑いのある人が増えています。  
また、塩分の多い食生活は健康を損ねることがわかっていますが、  
日本人の平均食塩摂取量は1日10.2g(目標 6g)とまだまだ多い状況です。  
糖尿病の予防と減塩はどうしたらよいのでしょうか？  
健康寿命を延ばすため、ぜひ、聞いて・見て・体験して考えてみませんか？



## 講演

14:00~15:00 3階 第3会議室

### 「糖尿病の予防と治療（仮）」

製鉄記念八幡病院 糖尿病内科 大城 彩香



## 体験

13:00~15:00 4階 講堂

- 医師による健康相談
- 糖尿病クイズ
- 味噌汁塩分チェック
- フットケア(足のお手入れ)体験
- お薬相談 (お薬手帳を持参してください)
- インボディ(筋肉量・脂肪量)計測  
※先着20人程度
- 血糖測定
- 賢いコンビニ活用法



医師による健康相談

写真は平成26年10月3日(土)に行われた「体験型減塩イベント」の様子です

お問い合わせ

TEL: 093-671-9302

製鉄記念八幡病院 内科受付(9:00~17:00)  
koho@ns.yawata-mhp.or.jp



健康寿命をのばそう!  
Smart Life Project

